

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
«Новомоношкинская средняя общеобразовательная школа»  
Заринского района Алтайского края

«Принята» на педагогическом совете  
протокол № 15 от 31.08.2022

«Утверждена»  
Директор МКОУ «Новомоношкинская СОШ»  
Приказ № 80 от 31.08.2022

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по учебному предмету (курсу)  
«Основы безопасности жизнедеятельности»,  
наименование курса  
8 класс  
**ОСНОВНОЕ ОБЩЕЕ ОБРАЗОВАНИЕ**  
на 2022-2023 учебный год

Авторы программы: Н.  
Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов, А. Б. Таранин.

Составитель программы:  
Киселёва Елена Николаевна  
учитель

2022 год

## Пояснительная записка

### Рабочая программа разработана на основе:

- Основы безопасности жизнедеятельности: 5-9 классы: рабочая программа / Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов, А. Б. Таранин. — М.: Просвещение, 2021.
- Основы безопасности жизнедеятельности: 8-9 классы: учебник для учащихся общеобразовательных организаций / Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко и др. — М.: Просвещение, 2021.

### Планируемые результаты обучения

#### Личностные результаты

- Освоение социальных норм поведения, социальных ролей, связанных с необычными, неожиданными, опасными и чрезвычайными ситуациями;
- сформированность социально значимых межличностных отношений, ценностных жизненных установок и нравственных представлений;
- эмоционально-отрицательная оценка потребительского отношения к окружающей среде, к проявлению асоциального поведения;
- формирование способности предвидеть результаты своих действий, корректировать те из них, которые могут привести к нежелательным и/или опасным последствиям;
- устойчивое стремление и готовность к саморазвитию и личностному совершенствованию.

#### Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)

##### Познавательные

*Обучающиеся научатся:*

- использовать умственные операции (анализ, синтез, сравнение, классификация и др.) для оценки, интерпретации и обобщения получаемой информации;
- сопоставлять информацию по одной и той же проблеме, полученную из различных источников и в разных видах (текст, иллюстрация, графическое представление);
- сравнивать чрезвычайные ситуации и классифицировать их по степени опасности для жизни и здоровья людей;
- осуществлять поиск информации, необходимой для выбора правильных решений в опасных и чрезвычайных ситуациях, связанных с бытом, повседневной школьной жизнью, природными и техногенными происшествными.

##### Регулятивные

*Обучающиеся научатся:*

- планировать по собственному побуждению свою жизнь и деятельность, ориентируясь на изученные правила безопасного поведения в различных ситуациях; ■ контролировать своё поведение, проявлять желание и способности предвидеть последствия своих действий и поступков;

оценивать различные опасные и чрезвычайные ситуации, определять ошибки и недостатки в действиях людей, попавших в такие ситуации, искать способы устранения негативных последствий. Коммуникативные Обучающиеся научатся:

- участвовать в диалоге (высказывать своё мнение, терпимо относиться к разным мнениям, объективно оценивать суждения участников);
- формулировать обобщения и выводы по изученному материалу;
- составлять обоснованные суждения о правилах безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях;
- характеризовать термины и понятия (в рамках изученных), пользоваться энциклопедиями и словарями для уточнения их значения и смысла;
- характеризовать термины и причины происходящих негативных явлений и событий, делать выводы о возможных способах их предупреждения

## **Коммуникативные Обучающиеся научатся:**

- участвовать в диалоге (высказывать своё мнение, терпимо относиться к разным мнениям, объективно оценивать суждения участников);
- формулировать обобщения и выводы по изученному материалу;
- составлять обоснованные суждения о правилах безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях;
- характеризовать термины и понятия (в рамках изученных), пользоваться энциклопедиями и словарями для уточнения их значения и смысла;
- характеризовать термины и причины происходящих негативных явлений и событий, делать выводы о возможных способах их предупреждения.

## **Предметные результаты**

### *Обучающиеся научатся:*

- объяснять смысл основных терминов и понятий (в рамках изученного материала);
  - характеризовать государственную политику, связанную с предотвращением различных чрезвычайных ситуаций и ликвидацией их последствий (в рамках изученного материала);
  - раскрывать особенности семьи как важного социального института; характеризовать факторы, влияющие на взаимоотношения в семье;
  - выявлять положительные и отрицательные факторы, влияющие на здоровье и благополучие человека;
  - раскрывать правила и особенности организации безопасного туризма, отдыха, игр и занятий;
  - классифицировать и характеризовать основные виды чрезвычайных ситуаций, отличать особенности каждого вида;
  - анализировать и оценивать различные ситуации, связанные с опасностями для здоровья и жизни отдельного человека и населения в масштабах региона;
  - различать чрезвычайные ситуации разного вида (природные, техногенные, социальные); приводить информацию о таких ситуациях;
  - предвидеть возможные последствия своих действий и поведения в различных ситуациях;
  - проявлять стремление противостоять негативным влияниям окружающей социальной среды, сверстников и взрослых;
  - организовывать режим и распорядок своей жизнедеятельности, включая в неё двигательную активность, закаливание и другие мероприятия;
- проявлять разумную предосторожность в выборе мест для игр, при пользовании бытовыми электрическими и газовыми приборами;
- правильно ориентироваться в дорожной обстановке, строго соблюдать Правила дорожного движения;
  - оказывать первую помощь при различных травмах.

## **Содержание курса**

### **«Основы безопасности жизнедеятельности»**

**Введение. Основы безопасности жизнедеятельности.** Это нужно знать *Немного истории.* Забота о здоровье человека в древности и в наши дни. *Окружающая среда и безопасность.* Что такое опасность, виды опасностей.

*Какие знания и умения вы получите, изучая предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Связь предмета с другими науками, его цели и задачи.*

### **Здоровый образ жизни. Что это?**

*Зависит ли здоровье от образа жизни. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Физическое здоровье, условия его укрепления и сохранения. Психическое здоровье человека. Эмоциональное благополучие и здоровье человека. Внешние признаки здорового человека: уверенная походка, правильная осанка, приятное выражение лица, активность.*

*Физическое здоровье человека. Факторы, определяющие физическое здоровье человека. Физическая культура и здоровье. Закаливание, как один из способов тренировки организма. Правила гигиены.*

*Правильное питание. Что такое правильное питание. Зависит ли здоровье от питания. Жиры, белки и углеводы. Экология питания. Продукты питания как экологический фактор. О чём может рассказать этикетка продукта. Как защититься от гриппа. Диета.*

*Психическое здоровье человека. Показатели психического здоровья и нездоровья. Планирование своей жизнедеятельности. Воздействие шума на организм человека. Правила общения с компьютером. Информационная безопасность.*

*Социальное здоровье человека. Понятие о социальном здоровье. Источники опасности для социального здоровья. Осознанное и добровольное принятие нравственных ценностей общества и их добровольное и добросовестное исполнение как критерий социального здоровья.*

*Репродуктивное здоровье подростков и его охрана. Что такое репродуктивное здоровье. Правила ухода за своим телом. Влияние семьи на здоровье подрастающего поколения, его психическое и эмоциональное благополучие. Социальные (общественные) институты и организации, участвующие в охране жизни и здоровья граждан.*

### **Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни.**

*Как вести себя при пожаре. Причины и последствия пожара. Правила пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре. Первая помощь при ожогах. Средства пожаротушения. Меры безопасности при пользовании пиротехникой.*

*Чрезвычайные ситуации в быту. Безопасность при использовании бытового газа, предметов бытовой химии. Первая помощь при отравлении угарным газом, ядохимикатами и уксусной кислотой. Правила поведения при затоплении квартиры. Правила пользования электроприборами. Первая помощь при электротравмах.*

*Разумная предосторожность. Выбор безопасного места для отдыха. Внимательное отношение к объявлениям технических, экологических, санитарных служб. Безопасное поведение на улицах населённого пункта. Опасное время суток. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении. подручные средства, которые можно использовать для самообороны.*

*Опасные игры. Неразорвавшиеся боеприпасы. Экстремальные виды спорта и развлечений. Способность предвидеть последствия своего поведения, умение справиться с эмоциями при выборе занятий и развлечений. Первая помощь при переломах.*

### **Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе.**

*Лес — это серьёзно. Ядовитые растения. Первая помощь при отравлении ядовитыми растениями. Съедобные и не съедобные грибы. Правила приготовления грибов. Первая помощь при отравлении грибами. Встреча в лесу с дикими животными. Если в лесу застала гроза.*

*Водоём зимой и летом. Опасные ситуации на воде. Правила поведения на водоёмах. Как помочь тонущему человеку. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации. Первая помощь при обморожении.*

### **Современный транспорт и безопасность**

*Транспорт в современном мире. Роль транспорта в мире. Виды транспорта. Экологически безопасный автомобильный транспорт. Альтернативный транспорт.*

*Чрезвычайные ситуации на дорогах.* Дорожно-транспортные происшествия. Причины и последствия. Нарушение Правил дорожного движения как главная причина дорожных происшествий. Опасные игры на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Знаки дорожного движения для велосипедистов. Поведение в дорожно-транспортных происшествиях. Первая помощь при кровотечении.

*Опасные ситуации в метро.* Правила поведения на станции метро, эскалаторе, в вагоне поезда. *Авиакатастрофы.* Поведение в салоне авиалайнера. Пожар на борту лайнера или другие чрезвычайные ситуации: правила безопасного поведения.

*Железнодорожные катастрофы.* Правила поведения при железнодорожной катастрофе. Опасные игры на железнодорожном транспорте и отношение к ним.

*Террористические акты на транспорте.* Понятие о террористическом акте. Уголовная ответственность за террористическую деятельность.

### **Безопасный туризм**

*Обеспечение безопасности в туристских походах.* Виды туризма. Объективные и субъективные трудности туристского похода. Групповое снаряжение туристской группы. Виды опасностей в походе. Движение по маршруту, график движения. Правила безопасного преодоления естественных препятствий. Обеспечение безопасности при переправах через водные препятствия. Правила разведения костра. Правила поведения туриста, отставшего от группы. Сигналы бедствия. Туризм и экология окружающей среды.

*Обеспечение безопасности в водном туристском походе.* Снаряжение для водного туризма. Подготовка к водному туристскому походу. Правила безопасного поведения на воде. Узлы в туристском походе.

### **Когда человек сам себе враг**

*Курение убивает!* Причины приобщения подростка к курению. Негативное влияние курения на организм подростка. Состояние здоровья подростка-курильщика.

*Алкоголь разрушает личность.* Воздействие алкоголя на организм человека.

Отравление алкоголем. Первая помощь при алкогольном отравлении.

*Скажем наркотикам «Нет!».* Наркотики — яд. Влияние наркотиков на организм человека. Распад личности человека под влиянием наркотиков.

*Токсикомания — страшная зависимость.* Понятие о токсикомании. Влияние токсичных веществ на организм человека. Признаки токсикомании.

### **Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера**

*Чрезвычайные ситуации и их классификация.* Что такое чрезвычайная ситуация: основные понятия. Классификация чрезвычайных ситуаций, их характеристика и особенности. Система оповещения в чрезвычайных ситуациях, общие правила эвакуации.

*Природные чрезвычайные ситуации.* Характеристика наиболее распространённых и опасных чрезвычайных ситуаций природного характера. Землетрясения, наводнения, природные пожары, извержения вулканов, цунами, сели, оползни и др. Предвестники природных чрезвычайных ситуаций. Безопасное поведение во время природных чрезвычайных ситуаций.

*Техногенные чрезвычайные ситуации.* Причины и виды таких ситуаций. Безопасное поведение в техногенных чрезвычайных ситуациях.

### **Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации**

*Экстремизм и терроризм.* Что такое экстремизм? Крайние проявления экстремизма. Проявления терроризма. Как снизить угрозу теракта. Как вести себя в плену у террористов. Взрывы в жилых домах.

*Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму.*

Государственные мероприятия по борьбе с экстремизмом и терроризмом. Личная безопасность при похищении (попытке похищения) или захвате в заложники, при

обнаружении подозрительного предмета. Поведение во время взрыва в местах скопления людей, в жилом доме.

*Национальная безопасность России.* Понятие о национальной безопасности. Условия обеспечения национальной безопасности Российской Федерации.

### **Практические работы**

#### **(примерные темы работ)**

- Подготовка программы закаливания для человека, часто болеющего простудными заболеваниями.
- Анализ пищевой пирамиды.
- Составление рациона питания с учётом соотношения белков, жиров и углеводов.
- Анализ информации на этикетке какого-либо продукта.
- Определение своего роста и веса, анализ соотношения роста и веса.
- Источники шума в современной городской квартире.
- Правила пользования газовыми и электрическими приборами.
- Устройство пожарного шкафа и применение пожарного крана.
- Устройство и порядок применения воздушно-пенного и углекислотного огнетушителей.
- Психологическая подготовка к встрече с преступником.
- Использование подручных предметов в качестве средств самообороны.
- Как вести себя, если злоумышленник пытается проникнуть в квартиру.
- Первая помощь при переломах.
- Практическая отработка приёмов проведения сердечно-лёгочной реанимации.
- Аварийная посадка самолёта.
- Распределение снаряжения между участниками туристского похода.
- График движения по туристскому маршруту.
- Организация поиска потерявшегося туриста и его действия в такой ситуации.
- Вязание узлов и их применение.
- Навыки работы с документами: Федеральный закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».
- Виды и особенности чрезвычайных ситуаций.
- Оказание первой помощи при небольших ранах, ссадинах, переломах, ушибах.
- Навыки работы с документами: Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности».
- Навыки работы с документами: Федеральный закон «О противодействии терроризму».

### **Проектная деятельность**

#### **(примерные темы работ)**

- Программа закаливания для подростка с учётом его индивидуальных особенностей и условий проживания.
- Одиночество — путь к социальному нездоровью.
- Общение — важная человеческая потребность.
- Как обеспечить высокий уровень социального здоровья общества?
- Опасные игры.
- Отдых на природе: опасности, которые могут подстеречь.
- История великих кораблекрушений.
- Правила безопасного поведения при чрезвычайной ситуации на корабле.
- Как укрыться от непогоды.

- Отношение к пьянству в России в разные времена.
- Мифы о пьянстве на Руси.
- Отражение темы пьянства в карикатуре.
- Наркотикам — нет!
- Как смягчить последствия природных чрезвычайных ситуаций?
- Техногенная катастрофа.
- История ВЧК — ФСБ.
- Военная служба — особый вид федеральной государственной службы.

### Тематическое планирование

№п/п	Раздел/ Тема
	<b>Введение. Основы безопасности жизнедеятельности Это нужно знать(2ч)</b>
1	Немного истории. Забота о здоровье человека в древности и в наши дни.
2	Окружающая среда и безопасность. Что такое опасность, виды опасностей. Какие знания и умения вы получите, изучая предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».
	<b>Здоровый образ жизни. Что это? (12ч)</b>
3	Зависит ли здоровье от образа жизни. Что такое здоровье?
4	Условия сохранения и укрепления физического здоровья.
5	Внешние признаки здорового человека: уверенная походка, правильная осанка, приятное выражение лица, активность.
6	Физическое здоровье человека. Факторы, определяющие физическое здоровье человека.
7	Физическая культура и здоровье. <b>Практическая деятельность:</b> подготовка программы закаливания для человека, часто болеющего.
8	Закаливание — способ тренировки организма. Правила гигиены
9	Правильное питание. Что такое правильное питание.
10	Экология питания. Продукты питания как экологический фактор.
11	Зависит ли здоровье от питания. Жиры, белки и углеводы. <b>Практическая деятельность:</b> соотношение белков, жиров и углеводов;
12	О чём расскажет этикетка продукта. Как защититься от гриппа. Диета. <b>Проектная деятельность:</b> «Питание для подростка с учётом его индивидуальных особенностей и условий проживания».
	<b>Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни</b>
13	Как вести себя при пожаре. Причины и последствия пожара.
14	Правила пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре.
15	Первая помощь при ожогах. Средства пожаротушения.
16	Меры безопасности при пользовании пиротехникой. <b>Проектная деятельность:</b> «Опасные игры».
17	Чрезвычайные ситуации в быту. Безопасность при использовании бытового газа, предметов быта.
18	Первая помощь при отравлении угарным газом, ядохимкатами и уксусной кислотой. <b>Практическая деятельность:</b> правила пользования газовыми и электрическими приборами.
19	Правила поведения при затоплении квартиры. Правила безопасного пользования электрическими приборами, электротравмах.
20	Поведение на улицах населённого пункта. Опасное время суток. <b>Практическая деятельность:</b> использование подручных предметов как средств защиты от непогоды.
	<b>Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе</b>
21	Лес — это серьёзно. Ядовитые растения. Первая помощь

	при отравлении ядовитыми растениями.
22	Съедобные и несъедобные грибы. Правила приготовления грибов. Первая помощь при отравлении грибами. <b>Проектная деятельность:</b> «Отдых на природе: опасности, которые могут подстергать».
23	Водоём зимой и летом. Опасные ситуации на воде. Правила поведения на водоёмах. Первая помощь при утоплении. <b>Практическая деятельность:</b> отработка приёмов проведения сердечно-лёгочной реанимации.
<b>Современный транспорт и безопасность (12 часов)</b>	
24	Транспорт в современном мире. Роль транспорта в мире. Виды транспорта. Экологически безопасный автомобильный транспорт. Альтернативный транспорт.
25	Чрезвычайные ситуации на дорогах. Причины и последствия.
26	Нарушение Правил дорожного движения как главная причина дорожных происшествий.
27	Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Знаки дорожного движения.
28	Первая помощь при кровотечении. Опасные ситуации в метро.
29	Правила поведения на станции метро, эскалаторе, в вагоне поезда.
30	Авиакатастрофы, правила поведения на борту авиалайнера. <b>Практическая деятельность:</b> отработка приёмов оказания первой помощи при травмах.
31	Пожар на борту лайнера или другие чрезвычайные ситуации: правила безопасного поведения.
32	Железнодорожные катастрофы. Правила поведения при железнодорожной катастрофе.
33	Опасные игры на железнодорожном транспорте.
34	Террористические акты на транспорте. Понятие о террористическом акте.
35	Уголовная ответственность за террористическую деятельность. <b>Проектная деятельность:</b> «Правила безопасного поведения при чрезвычайной ситуации на корабле».
	<b>Итого</b>

## ПРИЛОЖЕНИЕ 1

к рабочей программе  
по учебному предмету ОБЖ  
8 класс

на 2022-2023 учебный год

(инклюзивное обучение, АООП для обучающихся с задержкой психического развития, вариант 1)

I. Пояснительная записка.

1) На основании АООП для обучающихся с задержкой психического развития, вариант 1

вариант программы

составлено приложение к «Основы безопасности жизнедеятельности 7 класс»  
учебный предмет/курс



По данной программе занимается Вихарева Анна Юрьевна  
ФИ ребенка

- 2) Заключение ТПМПК № 42 от 21.05.2019. : нуждается /не нуждается в создании специальных условий (*нужное подчеркнуть*).

II. Специальные методы и приёмы:

- а) наблюдения за особенностями развития ребёнка в динамике;
- б) приёмы развития мыслительной активности;
- в) при запоминании использовать приём мнемотехники;
- г) метод стимулирования учения (использование дидактических игр и занимательных упражнений);
- д) приёмы удержания внимания на занятии: поручение ребёнку индивидуальных заданий, смена видов деятельности.

III. УМК Основы безопасности жизнедеятельности : 5 - 9 классы: программа / под ред. Н.Ф.Виноградовой;

IV. Направления коррекционной работы по предмету:

- 1. Выбор индивидуального темпа обучения.
- 2. При утомляемости включать его в социальные формы деятельности.
- 3. Дозировать предъявляемую помощь и внешний контроль, осуществляя постепенный переход от работы над контролем взрослого к самостоятельной работе.
- 4. Использовать достаточное количество иллюстраций, облегчающих восприятие, понимание материала.
- 5. Развитие познавательной активности.

Лист корректировки программы основы безопасности жизнедеятельности

8 класс 2022-2023 учебный год

№ п/п	Название пропущенной темы	Дата проведения по плану	Название темы которая корректируется	Корректирующие мероприятия	Дата проведения по факту	Причина корректировки