

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и спорта Республики Карелия**

**Администрация Петрозаводского городского округа**

**МОУ «Лицей № 40»**

**РАССМОТРЕНО**  
Кафедра  
общих дисциплин

Протокол № 1  
от «30» августа 2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**  
Педагогический совет

Протокол № 8  
от «30» августа 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**  
Директор

Савицкая С.В.  
Приказ № 175 **Для**  
от «31» августа 2023 г. **документов**



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

для обучающихся 8-9 классов

**Петрозаводск 2023**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на уровне основного общего образования составлена на основе требований к результатам освоения федеральной образовательной программы основного общего образования, представленных в ФГОС ООО, в соответствии с федеральной рабочей программой по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности», а также на основе федеральной рабочей программы воспитания.

### **Программа направлена на достижение следующих целей:**

- усвоение учащимися правил безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание ими важности укрепления, сохранения и защиты своего здоровья как личной и общественной ценности;
- уяснение и принятие учащимися достижений гражданского общества: права человека, правовое государство, семейные ценности, справедливость и ответственность органов власти;
- воспитание антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения учащихся, их нетерпимость к действиям и намерениям, представляющим угрозу для жизни человека;
- воспитание отрицательного отношения учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков, табакокурению и употреблению алкогольных напитков;
- воспитание готовности и стремления учащихся к нравственному самосовершенствованию.
- Усвоение общеучебных умений, навыков и способов деятельности.

### **Рабочая программа способствует решению следующих задач:**

- освоение учащимися знаний о здоровом и разумном образе жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
- обучение школьников умению предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую помощь;
- развитие у обучаемых качеств личности, необходимых для ведения здорового и разумного образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- воспитание у учащихся культуры безопасности жизнедеятельности, чувства ответственности за личную и общественную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- формирование у школьников антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению;
- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению;
- освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни (ЗОЖ);
- воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью;

- развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в ЧС, бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении ЗОЖ;
- овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в ЧС; оказывать ПМП пострадавшим.

С целью реализации **национально-регионального компонента** содержание предмета (курса) «Основы безопасности жизнедеятельности», включены следующие темы:

1. 7 класс «Ситуации, связанные с железнодорожным транспортом. Безопасность в метрополитене»; «Ситуации, связанные с автотранспортом. Безопасность пешеходов, пассажиров, водителей транспортных средств»; «Защита населения от лесных и торфяных пожаров».

2. 8 класс «Источники чрезвычайных ситуаций техногенного характера и их последствия»; «Пожары и взрывы»; «Правила поведения и защитные меры при авариях на ХОО»; «Как уберечь себя от преступлений».

3. 9 класс «Защитные сооружения гражданской обороны»; «Туризм как вид активного отдыха».

При изучении учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» применяются как традиционные, так и дистанционные формы организации обучения. Дистанционные формы обучения реализуются в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном взаимодействии с обучающимися.

С использованием дистанционных образовательных технологий могут организовываться такие виды учебной деятельности, как: – уроки; – лекции; – онлайн-консультации, – практические занятия; – самостоятельные работы.

Образовательный процесс учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» ведется с помощью дистанционных технологий. Планирование электронных занятий осуществляется так, чтобы не нарушить требования СанПиН школы о продолжительности непрерывного применения технических средств.

#### **Продолжительность непрерывного применения технических средств обучения на занятии**

| Вид деятельности   | непрерывной             | Время деятельности в зависимости от класса, мин. |             |
|--|-------------------------|--|-------------|
|  |                         | 5–7-й класс                                      | 8–9-й класс |
| Просмотр изображений на отраженном свечении                      | статических на экранах  | 20   | 25          |
| Просмотр телепередач   |                         | 25   | 30          |
| Просмотр изображений на отраженном свечении                      | динамических на экранах | 25   | 30          |
| Работа с изображением на индивидуальном компьютере и клавиатурой | мониторе                | 20   | 25          |

#### **Формы ДО по учебному предмету «Основам безопасности жизнедеятельности»**

При необходимости педагог использует возможности программ, которые обеспечивают текстовую, голосовую и видеосвязь между компьютерами через интернет.

#### **Формы контроля**

Учитель контролирует результаты обучения регулярно дистанционно

электронная почта: [cyanidecyanide@list.ru](mailto:cyanidecyanide@list.ru)

Ресурсы:

Для дистанционного обучения используются три вида ресурсов: базы данных с учебной информацией, компьютерное и/или коммуникационное оборудование и интернет

Так же в работе используются учебные материалы размещенные на платформе «Российской электронной школы» (РЭШ)

## Планируемые результаты

Личностными результатами являются:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих - защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз; -формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять - правила безопасности жизнедеятельности;

- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному - здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметными результатами являются:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно- следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека; -овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного и социального характера;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметными результатами являются:

1. В познавательной сфере:

знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

2. В ценностно-ориентационной сфере:

- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной

ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

- умения анализировать явления и события природного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

3. В коммуникативной сфере:

умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

4. В эстетической сфере:

умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.

5. В трудовой сфере:

- знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни: локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

- умения оказывать первую медицинскую помощь.

6. В сфере физической культуры:

- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

## **Предметные результаты**

**Выпускник научится:**

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;

- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;

- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

**Выпускник получит возможность научиться:**

- *безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;*
- *классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;*
- *готовиться к туристическим поездкам;*
- *адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;*
- *анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;*
- *анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;*
- *безопасно вести и применять права покупателя;*
- *анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;*
- *предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;*

- *характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;*
  - *классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;*
  - *владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;*
  - *классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;*
  - *оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;*
  - *оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;*
  - *оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;*
  - *оказывать первую помощь при коме;*
  - *оказывать первую помощь при поражении электрическим током;*
  - *использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;*
  - *усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;*
  - *исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;*
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности*

### **Содержание учебного предмета**

Опасные и чрезвычайные ситуации становятся все более частым явлением в нашей повседневной жизни и требуют получения обучающимися знаний, умений, навыков и компетенций личной безопасности в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций социально сложного и технически насыщенного окружающего мира.

Целью изучения и освоения программы является формирование у подрастающего поколения россиян культуры безопасности жизнедеятельности в современном мире в соответствии с требованиями, предъявляемыми Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования.

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» является обязательным для изучения на уровне основного общего образования и является одной из составляющих предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности».

Программа определяет базовое содержание по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» в форме и объеме, которые соответствуют возрастным особенностям обучающихся и учитывает возможность освоения приемов умственной и практической деятельности обучающихся, что является важнейшим компонентом развивающего обучения.

На основе программы, курс «Основ безопасности жизнедеятельности», может быть выстроен как по линейному, так и по концентрическому типу. При составлении рабочих программ в отдельных темах возможны дополнения с учетом местных условий и специфики обучения.

Основы безопасности жизнедеятельности как учебный предмет обеспечивает:

- освоение обучающимися знаний о безопасном поведении в повседневной жизнедеятельности;
- понимание обучающимися личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности, ценностей гражданского общества, в том числе гражданской идентичности и правового поведения;



- понимание необходимости беречь и сохранять свое здоровье как индивидуальную и общественную ценность;
- понимание необходимости следовать правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- освоение обучающимися умений экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма, терроризма и наркотизма;
- освоение умений использовать различные источники информации и коммуникации для определения угрозы возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- освоение умений предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- освоение умений оказывать первую помощь пострадавшим;
- освоение умений готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;
- освоение умений принимать обоснованные решения в конкретной опасной (чрезвычайной) ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- освоение умений использовать средства индивидуальной и коллективной защиты.
- Освоение и понимание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на:
  - воспитание у обучающихся чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
  - развитие у обучающихся качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни; необходимых для обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
  - формирование у обучающихся современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни, антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции, нетерпимости к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека.

Программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» учитывает возможность получения знаний через практическую деятельность и способствует формированию у обучающихся умения безопасно использовать учебное оборудование, проводить исследования, анализировать полученные результаты, представлять и научно аргументировать полученные выводы.

Межпредметная интеграция и связь учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» с такими предметами как «Биология», «История», «Информатика», «Обществознание», «Физика», «Химия», «Экология», «Экономическая и социальная география», «Физическая культура» способствует формированию целостного

представления об изучаемом объекте, явлении, содействует лучшему усвоению содержания предмета, установлению более прочных связей учащегося с повседневной жизнью и окружающим миром, усилению развивающей и культурной составляющей программы, а также рационального использования учебного времени.

## **Основы безопасности личности, общества и государства**

### **Основы комплексной безопасности**

Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой, предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др. Безопасность на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. *Средства индивидуальной защиты велосипедиста*. Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Средства индивидуальной защиты. Водоемы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. Правила безопасности в туристических походах *и поездках*. Правила поведения в автономных условиях. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них. Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера (квартира, улица, подъезд, лифт, карманная кража, мошенничество, *самозащита покупателя*). Элементарные способы самозащиты. *Информационная безопасность подростка*.

### **Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций**

Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины, ураганы, бури, смерчи, сильный дождь (ливень), крупный град, гроза, сильный снегопад, сильный гололед, метели, снежные заносы, наводнения, половодье, сели, цунами, лесные, торфяные и степные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной защиты. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них (аварии на радиационно-опасных, химически опасных, пожароопасных и взрывоопасных, объектах экономики, транспорте, гидротехнических сооружениях). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной и коллективной защиты. Правила пользования ими. Действия по сигналу «Внимание всем!». Эвакуация населения и правила поведения при эвакуации.

### **Основы противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации**

Терроризм, экстремизм, наркотизм - сущность и угрозы безопасности личности и общества. *Пути и средства вовлечения подростка в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность. Ответственность несовершеннолетних за правонарушения*. Личная безопасность при террористических актах и при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников. Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.

### **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

#### **Основы здорового образа жизни**

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена). Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на

здоровье.Профилактика вредных привычек и их факторов. *Семья в современном обществе. Права и обязанности супругов. Защита прав ребенка.*

### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей. Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах. Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении. *Основные неинфекционные и инфекционные заболевания,их профилактика.* Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе. Первая помощь при укусе насекомых и змей. *Первая помощь при остановке сердечной деятельности. Первая помощь при коме.Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим ток*

**Тематическое планирование, разработанное с учетом Программы воспитания, с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы**

Предмет «Основы безопасности жизнедеятельности»

Класс 8 а б в г

Учебный план – 34 ч/год

Учебный год – 2023-2024 гг.

| № п/п | Тема урока  | Количество часов |                    | Электронные цифровые образовательные ресурсы  |
|-------|---|------------------|--------------------|---|
|       |   | Всего            | Контрольные работы |   |
| 1     | Цель и основные понятия предмета ОБЖ                                      | 1                |                    | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac5d4">https://m.edsoo.ru/f5eac5d4</a>  |
| 2     | Правила поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях                      | 1                |                    | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>  |
| 3     | Основные опасности в быту.<br>Предупреждение бытовых отравлений           | 1                |                    | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac8c2">https://m.edsoo.ru/f5eac8c2</a>  |
| 4     | Предупреждение бытовых травм  | 1                |                    | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacc82">https://m.edsoo.ru/f5eacc82</a>  |
| 5     | Безопасная эксплуатация бытовых приборов и мест общего пользования        | 1                |                    | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacdf4">https://m.edsoo.ru/f5eacdf4</a>  |
| 6     | Пожарная безопасность в быту  | 1                |                    | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacf84">https://m.edsoo.ru/f5eacf84</a>  |
| 7     | Предупреждение ситуаций криминального характера                           | 1                |                    | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 8     | Безопасные действия при авариях на коммунальных системах жизнеобеспечения | 1                |                    | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5ead51a">https://m.edsoo.ru/f5ead51a</a>  |
| 9     | Правила дорожного движения  | 1                |                    | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5ead68c">https://m.edsoo.ru/f5ead68c</a>  |
| 10    | Безопасность пешехода   | 1                |                    | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eaefa0">https://m.edsoo.ru/f5eaefa0</a>  |
| 11    | Безопасность пассажира  | 1                |                    | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf78e">https://m.edsoo.ru/f5eaf78e</a>  |
| 12    | Безопасность водителя   | 1                |                    | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf946">https://m.edsoo.ru/f5eaf946</a>  |
| 13    | Основные опасности в общественных   | 1                |                    | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb038c">https://m.edsoo.ru/f5eb038c</a>  |

|    |  |   |  |   |
|----|--|---|--|---|
|    | местах   |   |  |   |
| 14 | Безопасные действия при возникновении массовых беспорядков                   | 1 |  | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb06f2">https://m.edsoo.ru/f5eb06f2</a>  |
| 15 | Пожарная безопасность в общественных местах                                  | 1 |  | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0a76">https://m.edsoo.ru/f5eb0a76</a>  |
| 16 | Безопасные действия в ситуациях криминогенного и антиобщественного характера | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 17 | Правила безопасного поведения на природе                                     | 1 |  | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0d96">https://m.edsoo.ru/f5eb0d96</a>  |
| 18 | Безопасные действия при автономном существовании в природной среде           | 1 |  | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb14e4">https://m.edsoo.ru/f5eb14e4</a>  |
| 19 | Безопасное поведение на водоёмах   | 1 |  | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb1da4">https://m.edsoo.ru/f5eb1da4</a>  |
| 20 | Общие представления о здоровье   | 1 |  | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb279a">https://m.edsoo.ru/f5eb279a</a>  |
| 21 | Предупреждение и защита от инфекционных заболеваний                          | 1 |  | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e">https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e</a>  |
| 22 | Предупреждение и защита от неинфекционных заболеваний                        | 1 |  | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb2d94">https://m.edsoo.ru/f5eb2d94</a>  |
| 23 | Первая помощь и самопомощь при неотложных состояниях                         | 1 |  | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3384">https://m.edsoo.ru/f5eb3384</a>  |
| 24 | Первая помощь и самопомощь при неотложных состояниях                         | 1 |  | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacc82">https://m.edsoo.ru/f5eacc82</a>  |
| 25 | Первая помощь и самопомощь при неотложных состояниях                         | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 26 | Первая помощь и самопомощь при неотложных состояниях                         | 1 |  | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb37ee">https://m.edsoo.ru/f5eb37ee</a>  |
| 27 | Общение — основа социального взаимодействия                                  | 1 |  | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8">https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8</a>  |
| 28 | Манипуляция и способы противостоять  | 1 |  | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3f82">https://m.edsoo.ru/f5eb3f82</a>  |

|                                     |  |    |   |   |
|-------------------------------------|--|----|---|---|
|                                     | ей   |    |   |   |
| 29                                  | Безопасное поведение и современные увлечения молодёжи                        | 1  |   | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb4568">https://m.edsoo.ru/f5eb4568</a>  |
| 30                                  | Общие принципы безопасности в цифровой среде                                 | 1  |   | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a>  |
| 31                                  | Безопасные правила цифрового поведения                                       | 1  |   | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb4842">https://m.edsoo.ru/f5eb4842</a>  |
| 32                                  | Общественно-государственная система противодействия экстремизму и терроризму | 1  |   | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 33                                  | Безопасные действия при угрозе теракта                                       | 1  |   | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 34                                  | Безопасные действия при совершении теракта                                   | 1  |   | Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a>  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |  | 34 | 0 |   |

Предмет «Основы безопасности жизнедеятельности»

Класс 9 а б в г

Учебный план – 34 ч/год

Учебный год – 2023-2024 гг.

| № п/п | Тема урока  | Количество часов |                    | Электронные цифровые образовательные ресурсы  |
|-------|---|------------------|--------------------|---|
|       |   | Всего            | Контрольные работы |   |
| 1     | Формирование культуры безопасности жизнедеятельности  | 1                |                    | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 2     | Пожарная безопасность в быту и природной среде  | 1                |                    | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 3     | Безопасные действия при автономном существовании в природной среде  | 1                |                    | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 4     | Безопасное поведение в горах; на водоемах.  | 1                |                    | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 5     | Безопасность участников движения на различных видах транспорта. Безопасные действия при ДТП   | 1                |                    | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 6     | Первая помощь при чрезвычайных ситуациях на транспорте  | 1                |                    | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 7     | Безопасные действия населения в условиях возникновения чрезвычайных ситуаций гидрологического, метеорологического и геологического происхождения. | 1                |                    | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 8     | МЧС России — федеральный уполномоченный орган в сфере   | 1                |                    | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»  |

|    |   |   |  |   |
|----|---|---|--|---|
|    | гражданской обороны (ГО). Деятельность РСЧС. Правовые основы обеспечения безопасности.  |   |  | <a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа»   |
| 9  | Россия в мировом обществе и её национальная безопасность и интересы.  | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 10 | Основные угрозы национальным интересам России и пути обеспечения её безопасности  | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 11 | Организация обороны Российской Федерации и правовые основы воинской обязанности граждан   | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 12 | Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения.   | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 13 | Защитные сооружения гражданской обороны   | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 14 | Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Основные мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 15 | Первая помощь и самопомощь при неотложных состояниях  | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 16 | Первая помощь и самопомощь при неотложных состояниях  | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 17 | Первая помощь и самопомощь при неотложных состояниях  | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |



|    |  |   |  |   |
|----|--|---|--|---|
| 18 | Общение — основа социального взаимодействия. Безопасные способы избегания и решения конфликтных ситуаций | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 19 | Манипуляция и способы противостоять ей   | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 20 | Безопасное поведение и современные увлечения молодёжи  | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 21 | Опасные явления цифровой среды. Правила Цифрового поведения.   | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 22 | Защита от деструктивных течений в сети Интернет  | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 23 | Общественно-государственная система противодействия экстремизму и терроризму                             | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 24 | Безопасные действия при угрозе теракта   | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 25 | Безопасные действия при совершении теракта   | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 26 | Безопасные действия в ситуациях криминогенного и антиобщественного характера                             | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 27 | Понятие о здоровье. Психическое здоровье и психическое благополучие.                                     | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 28 | Алкоголь, наркотики, табакокурение, и их   | 1 |  | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная   |

|                                     |  |    |   |   |
|-------------------------------------|--|----|---|---|
|                                     | вред   |    |   | школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа»   |
| 29                                  | Рациональное питание: основы подбора продуктов питания. Советы, как выбрать безопасные продукты. | 1  |   | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 30                                  | Занятия физической культурой. Гигиена одежды.  | 1  |   | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 31                                  | Роль личности, общества и государства в предупреждении и ликвидации чрезвычайных ситуаций        | 1  |   | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 32                                  | Роль личности, общества и государства в предупреждении и ликвидации чрезвычайных ситуаций        | 1  |   | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 33                                  | Мероприятия по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций                                 | 1  |   | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| 34                                  | Экология и её значение для устойчивого развития общества   | 1  |   | <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> «Российская электронная школа»<br><a href="https://myschool.edu.ru/">https://myschool.edu.ru/</a> «ЦОС Моя Школа» |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |  | 34 | 0 |   |

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

УМК 8-9 класс

Хренников, Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности / Б.О. Хренников, Н.В. Гололобов, Л.И. Льяная. под ред С.Н. Егорова – Москва : Просвещение, 2022. – 240 с.

### **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

РЭШ: сайт – URL: <https://resh.edu.ru/subject/13/10/> - Текст: электронный

Библиотека цифрового образовательного контента: сайт – URL: <https://educont.ru/>- Текст: электронный

«ЦОС МОЯ Школа» :сайт – URL: <https://myschool.edu.ru/> - Текст: электронный