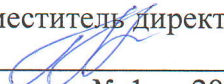


**Управление образования Администрации Неклиновского района
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Новоприморская основная общеобразовательная школа**

РАССМОТРЕНО

Педагогическим советом
Заместитель директора по УВР

И.Н.Зинченко
протокол № 1 от 29.08.2022 г

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор
МБОУ Новоприморской ООШ
С.А.Зузуля
Приказ от 29.08.2022г № 90 ОД
М.П. 



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет ОБЖ

Уровень общего образования – основное общее образование

Класс 8-9

Базовый уровень

Количество часов – 68

8 класс – 34

9 класс – 34

Разработана на основе авторской программы Н.Ф.Виноградовой

(Основы безопасности жизнедеятельности 5-9 классы: рабочая программа

/Н.Ф.Виноградова, Д.С. Смирнов, А.Б.Таранин/ М. Просвещение, 2021.- 92с. ISBN
978-5-09-079949-2)

Составитель Афоничкина Галина Николаевна

Учебный год 2022-2023

* количество часов, отводимых на изучение предмета, корректируется в соответствии с учебным планом, годовым календарным графиком и расписанием занятий на текущий учебный год и указывается в приложении к рабочей программе – листе корректировки

Пояснительная записка

Природная, техногенная и социальная среда, в которой сегодня живут люди, наполнена многочисленными факторами, представляющими потенциальную опасность, разную по степени влияния на жизнь и здоровье человека. Такими факторами являются **природные, техногенные и социальные чрезвычайные ситуации.**

К природным чрезвычайным ситуациям относят различные стихийные бедствия (землетрясения, штормы, сели, извержения вулканов и пр.); к техногенным — аварии и техногенные происшествия; к социальным — ситуации, связанные с актами терроризма, асоциальным поведением людей, атак-же бытовые ситуации, провоцируемые нарушением правил технической безопасности в быту, дорожные, характеризующие поведение человека на дорогах, в транспорте, имеющие негативные последствия для здоровья людей и благополучия окружающей среды.

Статистические данные говорят о том, что с конца XX в. число техногенных аварий и катастроф в мире резко увеличилось. Особенно участились транспортные, дорожные, авиационные, морские и речные происшествия. Многие из них сопровождаются людскими потерями, огромными материальными затратами.

Часто их причиной является человеческий фактор. Известно, что нравственная составляющая цивилизации отстаёт от научно-технического прогресса, что приводит к недостаточной осознанности, рефлексии своего поведения гражданами, увеличению риска от отрицательных последствий их действий. Так, по данным Всемирной организации здравоохранения, смертность от несчастных случаев на производстве, транспорте и в быту занимает третье место после сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний. По данным официальной статистики, в настоящее время в России ежегодно в авариях и катастрофах погибает более 50 тыс. человек, а от несчастных случаев, связанных с отравлением фальсифицированными (суррогатными) спиртными напитками, — более 40 тыс. человек.

Необдуманное вмешательство человека в природу приводит к нарушению экологической гармонии (загрязнению воздуха, воды, почвы, нарушению природных сообществ и др.) и возникновению ситуаций, которые негативно

влияют на жизнь и здоровье людей. Не у каждого современного человека в достаточной степени развита способность быстро оценить возникшую ситуацию, принять верное решение, от которого зависят благополучие, здоровье, а подчас и жизнь каждого самого, так и окружающих людей.

В современных условиях интенсификации любой деятельности человека, усложнения используемых им технических средств возрастает общественное значение состояния здоровья каждого человека. Сохранение и укрепление здоровья каждого гражданина является важнейшей государственной задачей.

В государственных документах подчёркивается, что сознательная ориентация на здоровый образ жизни и выполнение правил сохранения и укрепления здоровья должна стать важнейшим критерием культуры человека XXI в.

Одной из ключевых образовательных задач в основной школе является формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение и выполнение правил ин-

дивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил безопасного поведения на транспорте и дорогах.

Школьники 5—7 классов уже вполне самостоятельно передвигаются по улицам и дорогам, посещают игровые площадки, выбирают по своему усмотрению занятия и игры. Они довольно часто находятся дома одни, пользуются бытовыми электроприборами и газовыми плитами, участвуют в разно-образной семейной хозяйственно-бытовой деятельности.

Недостаточная готовность к принятию правильных решений в различных жизненных ситуациях, а иногда отсутствие способности к предвидению последствий своего поведения, неумение осуществлять самоконтроль и самооценку

довольно часто приводят подростка к ошибочным действиям, несчастным случаям и трагическим результатам.

Школьники 8—9 классов вступают в пору юношества. Их отличает такая особенность психического развития, как юношеский максимализм, то есть проявления категоричности и прямолинейности в суждениях. Они склонны к конфликтам и часто не готовы к позитивному диалогу. Им недостает сдержанности и гибкости. Старшие подростки и юноши стремятся к подражанию взрослым, часто рассматривают негативные проявления как признаки самостоятельности и взрослости. Они недооценивают необходимость критической оценки своих действий и поступков, часто безответственно относятся даже к своему здоровью. В то же время школьники этого возраста активны, умны, сообразительны, многие из них технически грамотны, прекрасно владеют компьютером, часто и подолгу общаются в Интернете. Это говорит о том, что подростковый и юношеский возраст — наиболее благоприятный период развития человека, когда осознаются многие проблемы, связанные с жизнедеятельностью, её охраной, защитой и правильной безопасной организацией.

Основные цели изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»:

▣ формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих;

▣ развитие навыков сохранения жизни и здоровья в неблагоприятных, угрожающих жизни условиях, умений оказывать своевременную и грамотную помощь себе и другим пострадавшим;

▣ воспитание способности к самоконтролю и самооценке поведения в ситуациях, которые могут стать опасными для жизни и здоровья окружающих, развитие умения предвидеть последствия своего и чужого поведения;

▣ воспитание организованности, дисциплинированности, стремления к самосовершенствованию, физическому и духовно-нравственному развитию.

Особенность курса «Основы безопасности жизнедеятельности» состоит в его практической направленности. Главными методами обучения являются **рефлексивный анализ конкретных жизненных ситуаций**, с которыми можно встретиться-

ся обучающиеся, а также **практические занятия**, на которых они получают умения и навыки, необходимые для предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, правильного поведения в тех случаях, если они произошли. В процессе изучения курса не только расширяются представления обучающихся о правилах безопасности в повседневной жизни, но и обсуждаются конкретные реальные ситуации, связанные с бытовыми, природными, техногенными и социальными явлениями, которые могут быть опасны для здоровья и жизни человека.

Многие проблемы, раскрываемые в программе курса «Основы безопасности жизнедеятельности», особенно актуальны для старших подростков, так как связаны с вредными привычками, асоциальным поведением и чрезвычайными ситуациями социального характера.

На практических занятиях у обучающихся формируется способность предвидеть опасность той или иной, к азалось бы, обычной жизненной ситуации, происходит становление умений действовать и оказывать помощь (психологическую, организационную, медицинскую) в различных чрезвычайных ситуациях.

Школьники получают элементарные знания о законах Российской Федерации, касающиеся безопасности личности, общества и государства.

Таким образом, изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» вносит важный и существенный вклад в развитие гармоничной личности российского школьника.

Конструирование курса осуществляется с учётом следующих дидактических принципов, которые опираются на личностно-

ориентированный деятельностный подход в образовании:

■ учёт требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования по предметной области «Основы безопасности жизнедеятельности» (приоритетные цели образования; планируемые результаты обучения; требования к личностным, метапредметным

и предметным достижениям обучающихся);

□ реализация принципа природосообразности предполагает учёт актуальности отобранного содержания для под-

росткового этапа развития, психологического статуса, потребностей, интересов, трудностей и проблем повседневной жизни старших подростков;

▣ принцип психологической обусловленности позволяет обучающимся быть субъектом познавательной деятельности, формировать осознанное отношение к проблемам здоровья, сохранения жизни и эмоционального благополучия, а также рефлексивные качества (регулирование своего поведения, самоконтроль, самооценка);

▣ принцип практико-ориентированной учебно-познавательной деятельности даёт обучающимся возможность формировать конкретные умения и навыки, способности оценивать и контролировать свои действия, предвидеть последствия своего и чужого поведения и своевременно исправлять; ре-ализацию данного принципа обеспечивает система практических занятий;

▣ культурологический принцип даёт возможность расширить круг представлений школьников о проблемах здоровья, его укреплении и охране, о видах чрезвычайных ситуаций и правильном поведении в них. Материалы рубрик «Для любознательных» и «Это полезно знать!» в учебниках позволяют поддерживать интерес обучающихся к данному предмету, развивают у них мотивацию к его изучению.

Рабочая программа поможет учителю эффективно использовать образовательный и воспитательный потенциал общеобразовательной организации и обеспечить формирование важнейших компетенций обучающихся.

Программное содержание курса построено по линейно-концентрическому принципу, то есть раскрывается последовательно, постепенно усложняясь и расширяясь. Предусмотрено выполнение обучающимися практических работ, рекомендуются темы проектной деятельности.

Место курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в учебно-мплане общеобразовательной организации

В условиях особого внимания образовательных организаций в системе образования к проблемам здоровья, сохранения и осознания социальной важности и изучения основ безопасности жизнедеятельности эти вопросы начинают изучать уже с первого школьного звена. В начальной школе знания об основах охраны жизнедеятельности человека включены в содержание курса «Окружающий мир».

В соответствии с Федеральным образовательным стандартом основного общего образования обязательное изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» предусмотрено в 8–9 классах. Вместе с тем, руководствуясь правом образовательной организации использовать часть учебного времени по собственному усмотрению, а также учитывая актуальность изучения данного курса для формирования культуры общения обучающихся с окружающим миром, развития умения правильно вести себя в различных чрезвычайных ситуациях, целесообразно начинать изучение предмета в основной школе с 5 класса. Это будет способствовать расширению и углублению знаний, которые обучающиеся получили в курсе «Окружающий мир» начальной школы, а также послужит пропедевтикой процесса изучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в последующих классах.

С учётом конкретных условий функционирования образовательной организации, потребностей региона, особенностей природного и географического окружения, наличия промышленных объектов, представляющих потенциальную опасность, а также статусной характеристики обучающихся в данной образовательной организации курс «Основы безопасности жизнедеятельности» может изучаться и в рамках внеклассной деятельности (факультативы, кружки, центры развития и др.).

В 5–9 классах на изучение курса «Основы

безопасности жизнедеятельности» может быть отведён 1 час
в _____ неделю. _____ Ес-
ли же региональные особенности и условия функционирова-

ния образовательной организации позволяют, то количество учебных часов может быть увеличено (например, до 2 часов в неделю, а всего за год — до 70 часов). Это позволит более качественно, обстоятельно и конкретно ознакомить обучающихся с проблемами безопасности жизнедеятельности, которые для данного региона являются особенно актуальными, и научить их необходимым практическим действиям.

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/или опасным последствиям;

▣ устойчивое стремление и готовность к саморазвитию или 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 происшествиями.

Регулятивные

Обучающиеся научатся:

▣ планировать собственную 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 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 безопасностью 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 газо-выми приборами;
- ▣ правильно ориентироваться в дорожной обстановке, строго соблюдать Правила дорожного движения;

☐ оказывать первую помощь при различных травмах.

Тематическое планирование

8—9классы

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 за топлении 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 кровотечениях.

Опасные ситуации в метро. Правила поведения на станциях 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 отношении 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. Видеопасности 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, оставшего от группы. Сигналы бедствия. Туризм и экология окружающей среды.

Обеспечение безопасности в водном туристском походе. Снар

яжение для водного туризма. Подготовка как водному туристскому походу. Правила безопасного поведения на воде. Узлы туристского похода.

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 распространенных 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 тяжелых 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 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 как 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 индивидуальной особенности 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 в 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.

Примерное тематическое планирование

8 класс

Тема	Содержание уроков	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся
Введение. Основы безопасности	<i>Немного истории.</i> Забота о здоровье человека в древности и в наши дни	<i>Аналитическая деятельность:</i> работа с текстом и иллюстрациями учебника. <i>Участие в учебном диалоге:</i> анализ текста учебника

жизнедеятельности. Это нужно знать	<i>Окружающая среда и безопасность. Что такое опасность, виды опасностей</i>	<i>Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».</i> <i>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника.</i> <i>Участие в учебном диалоге: анализ схемы учебника и формулирование понятия «опасность»</i>
	<i>Какие знания и умения вы получите, изучая предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Связь предмета с другими науками, его цели и задачи</i>	<i>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника.</i> <i>Участие в учебном диалоге: анализ текста учебника и выдвижение гипотезы</i>
Здоровый образ жизни и. Что это?	<i>Зависит ли здоровье от образа жизни. Что такое здоровье? Физическое здоровье, условия его укрепления и сохранения. Психическое здоровье человека. Эмоциональное благополучие и здоровье человека. Условия сохранения здоровья</i>	<i>Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».</i> <i>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника.</i> <i>Участие в учебном диалоге: высказывание предположений; анализ текста и иллюстраций учебника.</i> <i>Работа в группах: анализ иллюстраций учебника, подготовка сообщения: об особенностях образа жизни сельского и городского жителя; об угрозах физическому, психическому и социальному здоровью человека; анализ пословиц и поговорок</i>

Тема	Содержаниеурока	Характеристика основных видовучебнойдеятельностиобучающихся
	<p><i>Физическоездоровьечеловека. Факторы, определяющиефизическоездоровьечеловека. Физическаякультураиздоровье. Закаливание как один из способов тренировки организма. Правилагигиены</i></p>	<p><i>Актуализацияимеющегосяопыта: работа с рубрикой «Вспомните».</i></p> <p><i>Аналитическаядеятельность: работа с текстомииллюстрациямиучебника; работа с рубрикой «Это полезно знать!».</i><i>Участиевучебномдиалоге: анализтекстаучебника.</i></p> <p><i>Работавгруппах: подготовкаксообщений олюдях, которыхотличаеттворческоедолголетие; составление памятки о видах и правилах закаливания; составление памятки личнойгигиене.</i></p> <p><i>Практическаядеятельность: подготовкак программы закаливания для человека, частоболеющегопростуднымизаболева-ниями.</i></p> <p><i>Проектнаядеятельность: «Программазакаливания для подросткас учётомегоиндивидуальны хособенностейиусловийпроживания»</i></p>

	<p><i>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</i></p>	<p><i>Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».</i> <i>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубриками «Медицинская страничка» и «Это полезно знать!».</i> <i>Участие в учебном диалоге: анализ текста и иллюстраций учебника.</i> <i>Практическая деятельность: анализ пищевой пирамиды; составление рациона питания и соотношения белков, жиров и углеводов; анализ информации на этикетке какого-либо продукта; определение своего роста и веса, анализ соотношения роста и веса</i></p>
	<p><i>Психическое здоровье человека. Понятия психического здоровья и нездоровья. Планирование своей жизни деятельности. Воздействие шума на организм человека. Правила общения с компьютером. Информационная безопасность</i></p>	<p><i>Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».</i> <i>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубрикой «Это полезно знать!».</i> <i>Участие в учебном диалоге: анализ текста учебника.</i> <i>Работа в группах: разработка плана организации жизни и деятельности подростка — школьника 8—9 классов; анализ текста учебника.</i></p>

Тема	Содержаниеурока	Характеристика основных видовучебнойдеятельностиобучающихся
		<i>Практическаядеятельность</i> :источники шумавсовременнойгородскойквартире
	<i>Социальноездоровьечеловека.Понятиеосоциальномздоровье.Источники опасности для социальногоздоровья.Осознанноеидобровольное принятие нравственных ценностей общества иих добровольное и добросовестное исполнение как критерийсоциальногоздоровья</i>	<i>Актуализацияимеющегосяопыта</i> :работасрубрикой«Вспомните». <i>Аналитическаядеятельность</i> :работастекстомииллюстрациямиучебника. <i>Участиеувчебномдиалоге</i> :анализтекстаучебника. <i>Работавгруппах</i> :анализидополнениеисхемыучебника. <i>Проектнаядеятельность</i> :«Одиночество—путь к социальному нездоровью», «Общение—важнаячеловеческаяпотребность», «Как обеспечить высокий уровень социальногоздоровьяобщества?»
	<i>Репродуктивноездоровьепод-ростковиегоохрана.Правилаухода за своим телом. Что такоерепродуктивноездоровье.</i>	<i>Аналитическаядеятельность</i> :работастекстомииллюстрациямиучебника; работа с рубриками «Медицинская страничка»и«Этополезнознать!».

	<p>Семья и здоровье детей. Социальные(общественные)институтыорганизации,участвующиевхранежизнииздоровьяграждан</p>	<p><i>Работавгруппах:</i>подготовкавопросовпоизученномуразделудляодноклассников</p>
<p>Опасности,подстерегающиенасвповседневнойжизни</p>	<p><i>Каквести себяприпожаре.</i> Причиныипоследствияпожара. Правилапожарнойбезопасности. Правилабезопасногоповеденияприпожаре.Перваяпомощьприожогах.Средствапожаротушения.Меры безопасностиприпользованиибиротехникой</p>	<p><i>Актуализацияимеющегосяопыта:</i>работа срубрикой«Вспомните». <i>Аналитическаядеятельность:</i>работа стекстомииллюстрациямиучебника; работасрубрикой«Медицинская страничка». <i>Участиевучебномдиалоге:</i>анализтекстаучебника. <i>Работавгруппах:</i>составлениепамяткиодействияхприожогахразнойстепени; анализтекстаучебника. <i>Практическаядеятельность:</i>правилапользованиягазовымииэлектрическими приборами;устройствопожарногошкафаиприменениепожарногокрана; устройствоипорядокприменениявоздушно-пенногоиуглекислотногоогнетушителей</p>

Тема	Содержаниеурока	Характеристика основных видовучебнойдеятельностиобучающихся
	<p><i>Чрезвычайныеситуациивбыту. Без опасность при использованиибытового газа, предметов быто-вой химии. Первая помощь приотравлении угарным газом, ядохимикатамииуксуснойкислотой. Правилаповеденияпризапленении квартиры. Правила безопасного пользования электроприборами. Перваяпомощь приэлектротравмах</i></p>	<p><i>Актуализацияимеющегосяопыта: работасрубрикой«Вспомните».</i> <i>Аналитическаядеятельность: работастекстомииллюстрациямиучебника; работа с рубрикой «Медицинскаястраничка».</i> <i>Участиевучебномдиалоге: анализтекстаучебника.</i> <i>Работавгруппах: анализтекстаучебника</i></p>
	<p><i>Разумная предосторожность. Выбор места для отдыха. Безопасноеповедение на улицах населённогопункта. «Опасное» времясуток. Мерыпредосторожностивлифтеина лестнице. Правила поведенияпринападении</i></p>	<p><i>Аналитическаядеятельность: работа с текстомииллюстрациямиучебника; работа с рубрикой «Это полезно знать!».</i> <i>Участиевучебномдиалоге: анализтекстаучебника.</i> <i>Практическаядеятельность: психологическая подготовка к встрече с преступником; использование подручных предметов в качестве средств самообороны; как вести себя, еслизлоумышленникпытаетсяпроникнутьвквартиру</i></p>

	<p><i>Опасные игры.</i> Не разорвавшие себя еприпасы. Экстремальные виды спорта и развлечений. Способность предвидеть последствия своего поведения, умение справиться с эмоциями при выборе занятий и развлечений</p>	<p><i>Аналитическая деятельность:</i> работа с экстомии иллюстрациями учебника; работа с рубрикой «Медицинская страничка».</p> <p><i>Работа в группах:</i> анализ иллюстраций учебника и составление памятки для спорт-смена, начинающего заниматься экстремальным видом спорта; подготовка вопросов по изученному разделу для одноклассников.</p> <p><i>Практическая деятельность:</i> первая помощь при переломах.</p> <p><i>Проектная деятельность:</i> «Опасные игры»</p>
<p>Опасности, которыми мы сталкиваемся на природе</p>	<p><i>Лес — это серьёзно.</i> Ядовитые растения. Первая помощь при отравлении ядовитыми растениями. Съедобные и несъедобные грибы. Правила приготовления грибов. Первая помощь при отравлении грибами. Встреча в лесу с дикими животными. Е сли в лесу застала гроза</p>	<p><i>Актуализация имеющегося опыта:</i> работа с рубрикой «Вспомните».</p> <p><i>Аналитическая деятельность:</i> работа с экстомии иллюстрациями учебника; работа с рубриками «Медицинская страничка» и «Это полезно знать!».</p> <p><i>Участие в учебном диалоге:</i> анализ текста учебника.</p> <p><i>Работа в группах:</i> анализ иллюстраций учебника; составление паспорта растения; подготовка кassoобщению о животном, которое можно встретить в лесу</p>

Тема	Содержаниеурока	Характеристика основных видовучебнойдеятельностиобучающихся
	<p><i>Водоёмзимойилетом. Опасные ситуации на воде. Правила поведениянаводоёме. Какпомочьтопущемучеловеку. Правилапроведениясердечно-лёгочнойреанимации. Перваяпомощьприобморожении</i></p>	<p><i>Актуализацияимеющегосяопыта: работа с рубрикой «Вспомните».</i> <i>Аналитическаядеятельность: работа с текстомииллюстрациямиучебника; работа с рубрикой «Медицинская страничка».</i> <i>Участиевучебномдиалоге: анализтекстаииллюстрацийучебника.</i> <i>Работавгруппах: подготовка вопросов поизученномуразделудляодноклассников.</i> <i>Практическаядеятельность: отработкаприёмов проведениясердечно-лёгочнойреанимации.</i> <i>Проектнаядеятельность: «Отдыхнаприроде: опасности, которыемогутподстергать»</i></p>
Современный транспорт ибезопасность	<p><i>Транспортвсовременноммире. Роль транспорта в мире. Видытранспорта. Экологическибезопасный автомобильныйтранспорт. Альтернативныйтранспорт</i></p>	<p><i>Актуализацияимеющегосяопыта: работа с рубрикой «Вспомните».</i> <i>Аналитическаядеятельность: работа с текстомииллюстрациямиучебника; работа с рубрикой «Этополезнознать!»</i></p>

	<p><i>Чрезвычайные ситуации на дорогах.</i> Причины и последствия дорожно-транспортных происшествий. Нарушение Правил дорожного движения — основная причина возникновения опасных ситуаций. Правила поведения велосипедистов и других участников дорожного движения. Знаки дорожного движения для велосипедистов. Поведение в дорожно-транспортных происшествиях. Первая помощь при кровотечении</p>	<p><i>Аналитическая деятельность:</i> работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубриками «Медицинская страничка» и «Это полезно знать!».</p> <p><i>Участие в учебном диалоге:</i> анализ текста учебника</p>
	<p><i>Опасные ситуации в метро.</i> Правила поведения на станции метро, эскалаторе, в вагоне поезда</p>	<p><i>Аналитическая деятельность:</i> работа с текстом и иллюстрациями учебника</p>
	<p><i>Авиакатастрофы.</i> Поведение в салоне авиалайнера. Пожар на борту самолёта или другие чрезвычайные ситуации: правила безопасного поведения</p>	<p><i>Аналитическая деятельность:</i> работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубриками «Медицинская страничка» и «Это полезно знать!».</p> <p><i>Участие в учебном диалоге:</i> анализ текста и иллюстраций учебника.</p>

Тема	Содержаниеурока	Характеристика основных видовучебнойдеятельностиобучающихся
		<i>Практическаядеятельность</i> :аварийнаяпосадкасамолёта
	<i>Железнодорожные катастрофы.Правилаповеденияприжелез-нодорожной катастрофе. Опас-ные игры на железнодорожномтранспортеи отношенииикним</i>	<i>Аналитическаядеятельность</i> :работастекстомииллюстрациямиучебника; работа с рубрикой «Это полезно знать!». <i>Работавгруппах</i> :подготовкавопросовпоизученному разделу для одноклассников. <i>Проектнаядеятельность</i> :«Историявеликихкораблекрушений», «Правила поведенияпричрезвычайнойситуациинакорабле»
	<i>Террористическиеактына транспорте. Понятиеотеррористическомакте. Уголовнаяответственность затеррористическуюдеятель-ность</i>	<i>Актуализацияимеющегосяопыта</i> :работасрубрикой«Вспомните». <i>Аналитическаядеятельность</i> :работастекстомииллюстрациямиучебника; работа с рубрикой «Это полезно знать!». <i>Участиевучебномдиалоге</i> :анализтекстаучебника. <i>Работавгруппах</i> : составление памяткиповеденияпринахожденииивтранспортебесхозногопредмета

9 класс

Тема	Содержание уроков	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся
Безопасный туризм	<p><i>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. Правила разведения костра. Сигналы бедствия. Туризм и экология окружающей среды</i></p>	<p><i>Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».</i> <i>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубриками «Медицинская страничка» и «Это полезно знать!».</i> <i>Участие в учебном диалоге: анализ текста и иллюстраций учебника.</i> <i>Работа в группах: анализ текста и иллюстраций учебника; составление плана переправы; подготовка вопросов для одноклассников.</i> <i>Практическая деятельность: распределение снаряжения между участниками похода; график движения по туристскому маршруту; организация поиска потерявшегося туриста и его действия в такой ситуации.</i> <i>Проектная деятельность: «Как укрыться от непогоды»</i></p>

Тема	Содержаниеурока	Характеристика основных видовучебнойдеятельностиобучающихся
	<p><i>Обеспечениебезопасности в водном туристском походе.</i>Снаряжение для водноготуризма. Подготовка к водному туристскому походу. Правила безопасногоповедениянаводе.Узлы втуристскомпоходе</p>	<p><i>Актуализацияиמעשהעוֹפֵיטָא:</i> работа с рубрикой «Вспомните».</p> <p><i>Аналитическаядеятельность:</i> работа с екстемииллюстрациямиучебника; работа с рубрикой «Это полезно знать!». <i>Участиевучебномдиалоге:</i> анализтекстаучебника.</p> <p><i>Работавгруппах:</i> анализиллюстрацийучебника; подготовка к просовпоизученно-муразделудляодноклассников.</p> <p><i>Практическаядеятельность:</i> вязание узловиихприменение</p>
<p>Когдачеловексамсебевраг</p>	<p><i>Курениеубивает!</i> Причины приобщенияподросткаккурению. Негативноевлияниекурения наорганизмподростка. Состояниездоровьяподростка-курильщика</p>	<p><i>Аналитическаядеятельность:</i> работа с екстемииллюстрациямиучебника; работа с рубриками «Медицинская страничка» и «Это полезно знать!».</p> <p><i>Участиевучебномдиалоге:</i> проведение анонимногоопросасредиодноклассников; анализтекстаучебника.</p> <p><i>Работавгруппах:</i> анализиллюстрацийучебникаиподготовкаксообщениюовредекурения.</p>

		<p><i>Практическая деятельность:</i> навыки работы с документами: Федеральный закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака»</p>
	<p><i>Алкоголь разрушает личность.</i> Воздействие алкоголя на организм человека. Отравление алкоголем. Первая помощь при алкогольном отравлении</p>	<p><i>Аналитическая деятельность:</i> работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубриками «Медицинская страничка» и «Это поле знозвать!».</p> <p><i>Участие в учебном диалоге:</i> анализ текста и иллюстраций учебника.</p> <p><i>Работа в группах:</i> анализ текста и иллюстраций учебника.</p> <p><i>Проектная деятельность:</i> «Отношение к пьянству в России в разные времена», «Мифы о пьянстве на Руси», «Отражение темы пьянства в карикатуре»</p>
	<p><i>Скажем наркотикам «Нет!».</i> Наркотики — яд. Их влияние на организм человека. Распад личности человека под влиянием наркотиков</p>	<p><i>Аналитическая деятельность:</i> работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубрикой «Медицинская страничка».</p> <p><i>Участие в учебном диалоге:</i> анализ текста учебника.</p> <p><i>Работа в группах:</i> анализ текста учебника.</p> <p><i>Проектная деятельность:</i> «Наркотикам — нет!»</p>

Тема	Содержаниеурока	Характеристика основных видовучебнойдеятельностиобучающихся
	<p><i>Токсикомания—страшнаязависимость.</i> Понятие о токсикомании. Влияниетоксичныхвеществна организм человека. Признакитоксикомании</p>	<p><i>Аналитическаядеятельность:</i> работастекстомииллюстрациямиучебника; работа с рубрикой «Медицинскаястраничка».</p> <p><i>Работавгруппах:</i> подготовка вопросов поизученномуразделудля одноклассников</p>
<p>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера</p>	<p><i>Чрезвычайные ситуации их классификация.</i> Основные понятия чрезвычайных ситуаций. Классификация чрезвычайных ситуаций, их характеристика и особенности. Система оповещения в чрезвычайных ситуациях, общие правила при эвакуации</p>	<p><i>Актуализация имеющегося опыта:</i> работа с рубрикой «Вспомните».</p> <p><i>Аналитическая деятельность:</i> работа с текстом и иллюстрациями учебника.</p> <p><i>Участие в учебном диалоге:</i> анализ текста и иллюстраций учебника.</p> <p><i>Работа в группах:</i> анализ текста учебника. <i>Практическая деятельность:</i> виды и особенности чрезвычайных ситуаций</p>
	<p><i>Природные чрезвычайные ситуации.</i> Характеристика наиболее опасных пространственных и опасных чрезвычайных ситуаций: природных, геофизических, биологических. Землетрясения, навод-</p>	<p><i>Актуализация имеющегося опыта:</i> работа с рубрикой «Вспомните».</p> <p><i>Аналитическая деятельность:</i> работастекстомииллюстрациямиучебника; работа с рубрикой «Это полезно знать!».</p>

	<p>нения, природные пожары, извержение вулкана, цунами, сели, оползни и др. Предвестники природных чрезвычайных ситуаций. Безопасное поведение во время природных чрезвычайных ситуаций</p>	<p><i>Участие в учебном диалоге:</i> анализ текста учебника. <i>Работа в группах:</i> подготовка сообщения о каком-либо опасном природном явлении; составление краткой инструкции для младших школьников, как действовать, если оказался в начале землетрясения без взрослых; подготовка памятки о правилах поведения при угрозе схода селей, оползней, обвалов; подготовка вопросов по изученной теме для одноклассников. <i>Проектная деятельность:</i> «Как смягчить последствия природных чрезвычайных ситуаций?»</p>
	<p><i>Техногенные чрезвычайные ситуации.</i> Причины и виды таких ситуаций. Безопасное поведение в техногенных чрезвычайных ситуациях</p>	<p><i>Актуализация имеющегося опыта:</i> работа с рубрикой «Вспомните». <i>Аналитическая деятельность:</i> работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубрикой «Это полезно знать!». <i>Участие в учебном диалоге:</i> анализ текста учебника. <i>Работа в группах:</i> подготовка сообщения о правилах поведения в экстремальной ситуации; подготовка вопросов по изученному разделу для одноклассников.</p>

Тема	Содержаниеурока	Характеристика основных видовучебнойдеятельностиобучающихся
		<i>Проектная деятельность:</i> «Техногеннаякатастрофа»
Чрезвычайные ситуации общественной безопасности. Национальная безопасность Российской Федерации	<i>Экстремизмитерроризм.</i> Что такое экстремизм. Крайние проявления экстремизма. .Проявления терроризма. Как снизить угрозу теракта. Как вести себя в плену у террористов. Взрывы в жилых домах	<i>Актуализация имеющегося опыта:</i> работа с рубрикой «Вспомните». <i>Аналитическая деятельность:</i> работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубриками «Медицинская страничка» и «Это поле знаешь!». <i>Участие в учебном диалоге:</i> анализ текста учебника. <i>Практическая деятельность:</i> оказание первой помощи при небольших ранах, ссадинах, переломах, ушибах
	<i>Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму.</i> Государственные мероприятия по борьбе с экстремизмом и терроризмом. Пути снижения угрозы теракта.	<i>Актуализация имеющегося опыта:</i> работа с рубрикой «Вспомните». <i>Аналитическая деятельность:</i> работа с текстом учебника. <i>Участие в учебном диалоге:</i> анализ текста учебника.

	<p>Поведение во время взрыва в местах скопления людей, в жилом доме</p>	<p><i>Практическая деятельность:</i> навыки работы с документами: Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности»; навыки работы с документами: Федеральный закон «О противодействии терроризму»</p>
	<p><i>Национальная безопасность России</i> .Понятие о национальной безопасности. Условия обеспечения национальной безопасности Российской Федерации. <i>Урок обобщения</i></p>	<p><i>Аналитическая деятельность:</i> работа с текстом учебника. <i>Участие в учебном диалоге:</i> анализ текста учебника. <i>Проектная деятельность:</i> «История ВЧК—ФСБ», «Военная служба — особый вид федеративной государственной службы»</p>

Примерное поурочно- тематическое планирование

Предложено распределение часов условно, учителю самому определять количество часов на ту или иную тему.

8 класс

Уроки 1–2. Введение. Основы безопасности жизнедеятельности. Это нужно знать

Программное содержание

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.

Почему человеку необходимы знания о безопасности жизни? Задачи предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»: расширение и углубление знаний о чрезвычайных ситуациях разного вида и их характеристиках; формирование навыков безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях; воспитание эмоционально-отрицательного отношения к негативным проявлениям в окружающей среде, мо-

тивации здорового образа жизни и противодействия вредным привычкам и асоциальному поведению. Характеристика понятия «чрезвычайные ситуации», их классификация. Условия, при которых можно избежать или уменьшить отрицательные последствия чрезвычайных ситуаций.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника.

Участие в учебном диалоге: анализ схемы учебника и формулирование понятия «опасность»; анализ текста учебника и выдвижение гипотезы.

Уроки 3–

10. Здоровый образ жизни. Что это?

Программное содержание

Зависит ли здоровье от образа жизни. Что такое здоровье? Условия физического здоровья. 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 расскажет 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
енно-

стей 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.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубриками «Медицинская страничка» и «Это полезно знать!».

Участие в учебном диалоге: высказывание предположений; анализ текста и иллюстраций учебника.

Работа в группах: анализ текста и иллюстраций учебника; подготовка сообщений: об особенностях образа жизни сельского и городского жителя; об угрозах физическому, психическому и социальному здоровью человека; о людях, которых отличает творческое долголетие; анализ пословиц и поговорок; составление памятки о видах и правилах закаливания; составление памятки личной гигиены; разработка плана организации жизни и деятельности подростка — школьника 8–9 классов; анализ и дополнение схемы учебника; подготовка вопросов по изученному разделу для одноклассников.

Практическая деятельность: 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; исторички шумав современной городской квартире.

Проектная деятельность: «Программа закаливания для подростка с учётом его индивидуальных особенностей и условий проживания», «Одиночество — путь к социальному не-

здоровью», «Общение— важная человеческая потребность», «Как обеспечить высокий уровень социального здоровья общества?».

Уроки 11—

19. Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни

Программное содержание

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 укусуной кислотой. Правила поведения при затоплении квартиры. Правила безопасного 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, которыми можно пользоваться для самообороны.

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

Структура уроков, основные методы и приёмы

Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубриками «Медицинская страничка» и «Это полезно знать!».

Участие в учебном диалоге: анализ текста учебника.

Работа в группах: составление памятки действий при ожогах разной степени; анализ текста учебника; анализ иллюстраций учебника и составление памятки для спортсмена, начинающего заниматься экстремальным видом спорта; подготовка вопросов по изученному разделу для одноклассников. *Практическая деятельность:* правила пользования газовыми и электрическими приборами; устройство пожарного шкафа и применение пожарного крана; устройство и порядок применения воздушно-пенного и углекислотного огнетушителей; психологическая подготовка как встреч с преступником; использование подручных предметов в качестве средств самообороны; как вести себя, если злоумышленник пытается проникнуть в квартиру; первая помощь при переломах.

Проектная деятельность: «Опасные игры».

Уроки 20–

23. Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе

Программное содержание

Лес — это серьёзно. Ядовитые растения. Первая помощь при отравлении ядовитыми растениями. Съедобные и несъедобные 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.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубриками «Медицинская страничка» и «Это полезно знать!».

Участие в учебном диалоге: анализ текста и иллюстраций учебника.

Работа в группах: анализ иллюстраций учебника; составление паспорта растения; подготовка сообщения о животном,

которое можно встретить в лесу; подготовка вопросов по изученному разделу для одноклассников.

Практическая деятельность: отработка приёмов проведения сердечно-лёгочной реанимации.

Проектная деятельность: «Отдых на природе: опасности, которые могут подстергать».

Уроки 24–31. Современный транспорт и безопасность

Программно-содержание

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

Чрезвычайные ситуации на дорогах. Причины и последствия. Нарушение Правил дорожного движения как главная причина дорожных происшествий. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Знаки дорожного движения для велосипедистов. Поведение в дорожно-транспортном происшествии. Первая помощь при кровотечении.

Опасные ситуации в метро. Правила поведения на станции метро, эскалаторе, в вагоне поезда.

Авиакатастрофы, правила поведения на борту авиалайнера. Пожар на борту лайнера или другого чрезвычайные ситуации: правила безопасного поведения.

Железнодорожные катастрофы. Правила поведения при железнодорожной катастрофе. Опасные игры на железнодорожном транспорте. Зацепинг — опасная игра.

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

Структура уроков, основные методы и приёмы

Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубриками «Медицинская страничка» и «Это полезно знать!».

Участие в учебном диалоге: анализ текста и иллюстраций учебника.

Работа в группах: составление памятки поведения при нахождении в транспорте бесхозного предмета; подготовка вопросов по изученному разделу для одноклассников.

Практическая деятельность: аварийная посадка самолёта.

Проектная деятельность: «История великих кораблекрушений», «Правила безопасного поведения при чрезвычайной ситуации на корабле».

Уроки 32–35 (резерв)

9 класс

Уроки 1–10. Безопасный туризм

Программное содержание

Обеспечение безопасности в туристских походах. Объективные 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. Узы в туристском походе.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубриками «Медицинская страничка» и «Это полезно знать!».

Участие в учебном диалоге: анализ текста и иллюстраций учебника.

Работа в группах: анализ текста и иллюстраций учебника; составление плана переправы; подготовка вопросов по изученному разделу для одноклассников.

Практическая деятельность: 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.

Проектная деятельность: «Как укрыться от непогоды».

Уроки 11–15. Когда человек сам себе враг

Программное содержание

Курение убивает! Почему подростки курят? Что можно обнаружить в табачном дыму? 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 под влиянием наркотиков.

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

Структура уроков, основные методы и приёмы

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубриками «Медицинская страница» и «Это полезно знать!».

Участие в учебном диалоге: проведение анонимного опроса среди одноклассников; анализ текста и иллюстраций учебника.

Работа в группах: анализ текста и иллюстраций учебника; подготовка сообщения о вреде курения; подготовка вопросов по изученному разделу для одноклассников.

Практическая деятельность: навыки работы с документами: Федеральный закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий по-

требления табака».

Проектная деятельность: «Отношение к пьянству в России в разные времена», «Мифы о пьянстве на Руси», «Отражение темпьянства в карикатуре», «Наркотикам—нет!».

Уроки 16–27. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного происхождения

Программное содержание

Чрезвычайные ситуации и их классификация. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Деятельность по предупреждению чрезвычайных ситуаций. Система оповещения в чрезвычайных ситуациях. Общественные правила при эвакуации.

Природные чрезвычайные ситуации на территории России. Классификация природных чрезвычайных ситуаций: геофизические (землетрясения, извержения вулканов), метеорологические (ураганы, бури, смерчи), гидрологические (наводнения, цунами), природные пожары (лесные, степные, торфяные), биологические (эпидемии, эпизоотии, эпифитотии). Предвестники чрезвычайных ситуаций. Особенности безопасного поведения во время различных природных чрезвычайных ситуаций. Последствия чрезвычайных ситуаций.

Техногенные чрезвычайные ситуации. Причины возникновения и виды техногенных чрезвычайных ситуаций. Виды пожаров по признакам горения, месту распространения, времени начала тушения.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубриками «Медицинская страничка» и «Это полезно знать!».

Участие в учебном диалоге: анализ текста и иллюстраций учебника.

Работа в группах: анализ текста учебника; подготовка сообщения о каком-либо опасном природном явлении; со-

ставление краткой инструкции для младших школьников, как действовать, если оказался в начале землетрясения без

взрослых; подготовка капамяткио правилах поведения при угрозе схода селей, оползней, обвалов; подготовка касообщения правилах поведения в экстремальной ситуации; подготовка вопросов по изученному разделу для одноклассников.

Практическая деятельность: виды и особенности чрезвычайных ситуаций.

Проектная деятельность: «Как смягчить последствия природных чрезвычайных ситуаций?», «Техногенная ката-строфа».

Уроки 28—32. Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации

Программное содержание

Экстремизм и терроризм. Что такое экстремизм? Крайние проявления экстремизма. Проявление терроризма. Пути снижения угрозы теракта. Как вести себя в плену у террористов. Взрывы в жилых домах.

Законодательство Российской Федерации о противодействии экстремизму и терроризму. Государственные мероприятия по борьбе с экстремизмом и терроризмом. Поведение при обнаружении подозрительного бесхозного предмета, взятии в заложники, во время спецоперации по освобождению заложников; после взрыва в жилом доме.

Национальная безопасность России. Понятие национальной безопасности. Условия обеспечения национальной безопасности в Российской Федерации.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубриками «Медицинская страничка» и «Это полезно знать!».

Участие в учебном диалоге: анализ текста учебника.

Практическая деятельность: оказание первой помощи при небольших ранах, ссадинах, переломах, ушибах;

навыки работы с документами: Федеральный закон «О противодей-

ствии экстремистской деятельности»; навыки работы с документами: Федеральный закон «О противодействии терроризму».

Проектная деятельность: «История ВЧК—ФСБ», «Военная служба—особый вид федеральной государственной службы».

Уроки 33—35 (резерв)

Учебно-методическое и материально- техническое обеспечение образовательного процесса

Учебно-методический комплект по основам безопасности жизнедеятельности и

Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В., Сидоренко Л. В. и др. Основы безопасности жизнедеятельности. 8—9 классы: учеб.-ник.—М.: Просвещение.

Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В., Таранин А. Б. Основы безопасности жизнедеятельности. 5—9 классы: рабочая программа.—М.: Просвещение.

Виноградова Н. Ф. Основы безопасности жизнедеятельности. 5—9 классы: методическое пособие. — М.: Просвещение.

Законодательные акты и нормативные правовые документы

10 Конституция Российской Федерации (последняя редакция);

11 Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (последняя редакция);

12 Федеральный закон «Об безопасности» (последняя редакция);

13 Федеральный закон «Об обороне» (последняя редакция);

14 Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (последняя редакция);

15 Федеральный закон «О гражданской обороне» (последняя редакция);

16 Федеральный закон «О пожарной безопасности» (последняя редакция);

17 Федеральный закон «О безопасности дорожного движения» (последняя редакция);

18 Федеральный закон «О противодействии терроризму» (последняя редакция);

19 Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности» (последняя редакция);

20 Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах» (последняя редакция);

21 Федеральный закон «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателя» (последняя редакция);

22 Указ Президента Российской Федерации «О мерах по противодействию терроризму» (от 15 февраля 2006 года № 116);

23 Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации (утв. Президентом Российской Федерации 5 октября 2009 года);

24 Положение о Национальном антитеррористическом комитете (утв. Указом Президента Российской Федерации от 15 февраля 2006 года № 116);

25 Стратегия национальной безопасности Российской Федерации (утв. Указом Президента Российской Федерации от 15 декабря 2015 года № 683);

26 Постановление Правительства Российской Федерации «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (последняя редакция);

27 Постановление Правительства Российской Федерации «О классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (последняя редакция);

28 Постановление Правительства Российской Федерации «О подготовке населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций» (последняя редакция);

29 Правила дорожного движения Российской Федерации (последняя редакция);

30 Семейный кодекс Российской Федерации (последняя редакция);

31 Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).

