

**Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Малининская средняя общеобразовательная школа»  
Пронского района Рязанской области**

39143, Рязанская область, Пронский район, с.Малинищи, ул.Школьная, д.173,  
Тел/факс (49153)39118 e-mail: [malinishi-62@rambler.ru](mailto:malinishi-62@rambler.ru)

«Обсуждено»

На заседание ШМО учителей  
Гуманитарно-эстетического цикла  
(Протокол №1 от 30.08.2021г.)

Руководитель ШМО

 Л.А. Шиндякова

«Утверждено»

На педагогическом совете  
Протокол №1 от 30.08.2021 г.

Директор школы

В.Ю. Мазин

№74-ОД от 01.09.2021г.



**Рабочая программа  
для 8 класса  
По основам безопасности  
жизнедеятельности  
Соответствует ФГОС**

Составил:  
Учитель по ОБЖ  
Мазин Александр Викторович

2021-2022 уч.год

## **Планируемые результаты освоения учебного предмета.**

### **Личностные результаты:**

- освоение социальных норм поведения, социальных ролей, связанных с необычными, неожиданными 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;
- наличие способности предвидеть результаты своих действий, корректировать те из них, которые могут привести к нежелательным и/или опасным последствиям;
- устойчивое стремление и готовность к саморазвитию и личностному совершенствованию.

### **Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)**

#### *Познавательные:*

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

#### *Регулятивные:*

- планировать по собственному побуждению свою жизнь и деятельность, ориентируясь на изученные правила поведения в различных ситуациях;
- контролировать своё поведение, проявлять желание и способность предвидеть последствия своих действий и поступков;
- оценивать неординарные, чрезвычайные ситуации, определять ошибки в действиях их участников, намечать способы их устранения.

#### *Коммуникативные:*

- 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 поведения в различных чрезвычайных ситуациях;
- характеризовать понятия (в рамках изученных), пользоваться словарями для уточнения их значения и смысла;
- характеризовать причины происходящих событий, делать выводы о возможных способах их устранения.

## **Предметные результаты**

*Учащиеся научатся:*

- объяснять смысл основных понятий (в рамках изученного материала);
- характеризовать государственную политику, связанную с предотвращением различных чрезвычайных ситуаций и борьбой с ними (в рамках изученного материала);

раскрывать особенности семьи как социального института; характеризовать факторы благополучных взаимоотношений в семье;

- выявлять факторы, влияющие на здоровье и благополучие человека;
- раскрывать особенности организации безопасного туризма, отдыха, игр и занятий;
- классифицировать и характеризовать виды чрезвычайных ситуаций, особенности каждого вида; анализировать и оценивать ситуации, связанные с опасностями для здоровья и жизни человека в близком окружении и в масштабах региона;
- различать чрезвычайные ситуации разного вида (природные, биологические, техногенные, социальные); приводить примеры разных видов чрезвычайных ситуаций;
- предвидеть возможные последствия своих действий и поведения;
- проявлять желание противостоять негативным влияниям окружающей социальной среды, коллектива сверстников, взрослых;
- организовывать режим, двигательную активность, закаливание и др.;
- проявлять разумную предосторожность в выборе мест для игр, пользовании бытовыми электроприборами;
- ориентироваться в дорожной обстановке, соблюдать правила дорожного движения;
- оказывать первую помощь в различных чрезвычайных ситуациях.

## **Содержание курса**

### **Введение. Почему это нужно знать?**

Почему человеку необходимы знания о безопасности жизни? Задачи предмета ОБЖ. Что такое чрезвычайная ситуация, классификация чрезвычайных ситуаций. При каких условиях можно избежать или хотя бы уменьшить отрицательные последствия чрезвычайных ситуаций?

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

Характеристика современной семьи как института воспитания. Какие бывают семьи (типы современной семьи). Семья как ячейка общества, социальный институт. Функции современной семьи. Условия благополучия в семье. Эмоциональная атмосфера и семейные отношения. Уважение к личности ребёнка, создание демократического стиля взаимоотношений в семье — гарантия эмоционального, психического, душевного благополучия и здоровья детей.

Что такое репродуктивное здоровье. Влияние семьи на здоровье подрастающего поколения, его психическое и эмоциональное благополучие. Социальные (общественные) институты и организации, участвующие в охране жизни и здоровья граждан.

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

Факторы, определяющие физическое здоровье человека: наследственность, экология, условия проживания, медицинское обслуживание, желание и воля человека. Физическая культура и здоровье.

Психическое здоровье и условия его сохранения: осознание человеком своего «Я», объективная оценка своих возможностей, способностей, успешности деятельности. Адекватность реакций на различные жизненные ситуации, способность к самооценке, самоуправлению с учётом социальных норм и правил; стремление планировать свою жизнедеятельность при смене жизненных ситуаций, в том числе при чрезвычайных.

Социальные факторы, отрицательно воздействующие на психическое здоровье человека: социальные конфликты, не- стабильность в обществе, нарушение взаимоотношений людей и др.

Эмоциональное здоровье подростка и условия его сохранения: благополучная адаптация к коллективу сверстников, демократический стиль отношений со взрослыми и сверстниками, интересная познавательная среда, объективная самооценка, правильная организация жизни и деятельности и др. Негативные факторы воздействия на эмоциональное здоровье и благополучие подростка: проблемы в семейных отношениях, неумение общаться (дружить), неблагоприятный школьный климат, необъективная оценка своего «Я» и др.

Социальное здоровье и условия его сохранения. Осознанное и добровольное принятие нравственных ценностей общества и их добровольное исполнение как критерий социального здоровья.

### **Человек и окружающая среда**

Неблагополучная экологическая ситуация и зоны риска. Факторы неблагоприятной экологической обстановки: загрязнение воздуха и его причины. «Безобидный воздух», «загрязнённый воздух». Негативное влияние хозяйственной деятельности человека на чистоту воздуха. Ухудшение качества воды и его причины. Типы загрязнений пресных водоёмов: промышленное загрязнение, бытовые отходы, химические вещества, применяемые в сельском хозяйстве, работа водного транспорта.

Основные факторы, влияющие на загрязнение почвы, и последствия загрязнения.

Человек и мир звуков: влияние городской экологии на здоровье органов чувств.

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

Причины и последствия пожара. Правила пожарной безопасности. Правила поведения при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Меры безопасности при пользовании пиротехникой.

Чрезвычайные ситуации в быту. Безопасность при использовании бытового газа, предметов бытовой химии. Правила поведения при заливе квартиры. Правила пользования электроприборами.

### **Разумная предосторожность**

Предвидение опасностей при выборе места отдыха. Внимательное отношение к объявлениям технических, экологических, санитарных служб. Поведение на улицах населённого пункта. Опасное время суток. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении.

### **Опасные игры**

Неразорвавшиеся боеприпасы. Экстремальные виды спорта и развлечений. Способность предвидеть последствия своего поведения, умение справиться с эмоциями при выборе занятий и развлечений. Современный транспорт и безопасность

Транспорт в современном мире. Чрезвычайные ситуации на дорогах. Дорожно-транспортные происшествия. Причины и последствия. Нарушение ПДД 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. Опасные ситуации в метро. Правила поведения на станции метро, эскалаторе, в вагоне поезда. Поведение в салоне авиалайнера. Пожар на борту лайнера или другие чрезвычайные ситуации: правила

поведения. Авиакатастрофы. Железнодорожные катастрофы: правила поведения. Опасные игры на железнодорожном транспорте. Отрицательное отношение к ним.

### **Безопасный отдых и туризм**

Виды туризма. Объективные и субъективные трудности туристского похода. Групповое снаряжение походной туристской группы. Обеспечение безопасности в туристских походах: виды опасностей. Движение по маршруту, график движения. Правила преодоления естественных препятствий. Обеспечение безопасности при переправах через водные препятствия. Правила разведения костра. Правила поведения туриста, если он отстал от группы. Сигналы бедствия. Туризм и экология окружающей среды. Обеспечение безопасности в водном туристском походе. Снаряжение для водного туризма. Правила безопасного поведения на воде. Узлы в туристском походе.

### **Когда человек сам себе враг**

Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания, употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Причины приобщения подростка к курению. Негативное влияние курения на организм подростка. Физическое состояние подростка курильщика. Алкоголь — разрушитель личности: воздействие алкоголя на организм человека. Отравление алкоголем. Наркотики — яд. Влияние наркотиков на организм: распад личности человека под влиянием наркотиков. Токсикомания — страшная зависимость. Детская игромания — болезненное состояние, которое отражает неуправляемую зависимость человека от процесса игры, неоправданное желание с её помощью устранить свои проблемы. Самовоспитание: предупреждение привыкания к компьютерным играм.

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

Что такое чрезвычайная ситуация: основные понятия. Классификация чрезвычайных ситуаций (ЧС), их характер и особенности. Система оповещения в ЧС, общие правила эвакуации.

Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них. Характеристика наиболее распространённых и опасных ЧС. Геофизические чрезвычайные ситуации: землетрясение как геофизическое природное явление; наводнения, природные пожары, извержения вулкана, цунами, сели, оползни и др. Предвестники природных ЧС. Поведение во время природных ЧС.

Чрезвычайные ситуации биологического происхождения и защита от них: эпидемии, энзоотии, эпизоотии (без обязательного усвоения термина). Пути заражения.

Способы предупреждения заражения.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера: причины и виды. Безопасное поведение в техногенных ЧС.

Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации. Экстремизм и терроризм. Крайние проявления экстремизма. Проявления терроризма. Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму. Государственные мероприятия по борьбе с экстремизмом и терроризмом. Пути снижения угрозы теракта. Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения), при обнаружении неизвестного предмета. Поведение во время взрыва в местах скопления людей, в жилом доме.

### **Медицинские знания и умения**

Условия репродуктивного здоровья: гигиена, знание своего организма, риски старшего подросткового возраста. Правильное питание. Продукты, содержащие кальций. Ценность употребления витамина С. Диета: «за» и «против».

Ожоги. Первая помощь при ожогах. Действия при отравлении угарным газом, химическими веществами, ядохимикатами. Первая помощь при электротравмах. Переломы. Правила поведения при подозрении на перелом, первая доврачебная помощь. Соблюдение осторожности и внимательности при оказании помощи.

Телесные повреждения при ДТП. Виды кровотечений и первая помощь пострадавшему.

Растения, опасные для туриста. Первая помощь при отравлении.

Курение и его влияние на организм. Первая помощь при отравлении алкоголем. Наркотики: губительное воздействие на организм. Запрещённые в России наркотические и психотропные вещества. Внешние проявления токсикомании.

Первая помощь при травмах различной степени тяжести, при отравлении химическими веществами.

Что нужно знать о гриппе, других эпидемиях. Заболевания животных, опасные для человека.

Чрезвычайные ситуации на гидротехнических сооружениях. Последствия аварий на гидротехнических сооружениях и правила поведения во время ЧС. Первая помощь при ранениях, вызванных взрывами.

**Календарно-тематическое планирование для 8 класса**  
**(составлено на основе Рабочей программы «Основы безопасности жизнедеятельности: 5—9 классы»**  
**(Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов, А. Б. Таранин - М.: Вентана-Граф, 2017)**

| №  | Изучаемый раздел, тема урока                                                                                              | Дата проведения |      |
|----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|------|
|    |                                                                                                                           | План            | Факт |
|    | <b>Введение. Основы безопасности жизнедеятельности. Это нужно знать - 2 ч.</b>                                            |                 |      |
| 1  | Немного истории.                                                                                                          |                 |      |
| 2  | Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения вы получите, изучая предмет «Основы безопасности жизнедеятельности |                 |      |
|    | <b>Здоровый образ жизни. Что это? - 8 ч.</b>                                                                              |                 |      |
| 3  | Зависит ли здоровье от образа жизни                                                                                       |                 |      |
| 4  | Физическое здоровье человека                                                                                              |                 |      |
| 5  | Закаливание- способ тренировки организма. Правила гигиены.                                                                |                 |      |
| 6  | Правильное питание                                                                                                        |                 |      |
| 7  | Психологическое здоровье человека                                                                                         |                 |      |
| 8  | Правила общения с компьютером. Информационная безопасность.                                                               |                 |      |
| 9  | Социальное здоровье человека                                                                                              |                 |      |
| 10 | Репродуктивное здоровье подростков и его охрана                                                                           |                 |      |

|    |                                                                                     |  |  |
|----|-------------------------------------------------------------------------------------|--|--|
|    | <b>Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни – 9 ч.</b>                    |  |  |
| 11 | Причины и последствия пожаров                                                       |  |  |
| 12 | Правила пожарной безопасности                                                       |  |  |
| 13 | Чрезвычайные ситуации в быту                                                        |  |  |
| 14 | Правила безопасного пользования электроприборами. Первая помощь при электротравмах. |  |  |
| 15 | Разумная предосторожность                                                           |  |  |
| 16 | Поведение на улицах населенного пункта                                              |  |  |
| 17 | Меры предосторожности в лифте и на лестнице                                         |  |  |
| 18 | Подручные предметы, которые можно использовать для самообороны                      |  |  |
| 19 | Опасные игры                                                                        |  |  |
|    | <b>Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе - 4 ч.</b>                      |  |  |
| 20 | Лес-это серьезно                                                                    |  |  |
| 21 | Встреча в лесу с дикими животными. Если в лесу застала гроза.                       |  |  |
| 22 | Водоем зимой и летом                                                                |  |  |
| 23 | Как помочь тонущему человеку                                                        |  |  |
|    | <b>Современный транспорт и безопасность-8 ч.</b>                                    |  |  |
| 24 | Транспорт в современном мире                                                        |  |  |



|                    |                                                                                |  |  |
|--------------------|--------------------------------------------------------------------------------|--|--|
| 25                 | Чрезвычайные ситуации на дорогах                                               |  |  |
| 26                 | Поведение в дорожно-транспортном происшествии. Первая помощь при кровотечении. |  |  |
| 27                 | Опасные ситуации в метро                                                       |  |  |
| 28                 | Авиакатастрофы                                                                 |  |  |
| 29                 | Железнодорожная катастрофа                                                     |  |  |
| 30                 | Зацепинг- опасное развлечение                                                  |  |  |
| 31                 | Террористические акты на транспорте                                            |  |  |
|                    | <b>Повторение- 4 ч.</b>                                                        |  |  |
| 32                 | Повторение                                                                     |  |  |
| 33                 | Обобщающее повторение                                                          |  |  |
| 34                 | Обобщающее повторение                                                          |  |  |
| 35                 | Итоговое обобщение                                                             |  |  |
| <b>Всего -35 ч</b> |                                                                                |  |  |

