ЧОУ «Православная классическая гимназия «София»

**УТВЕРЖДЕНA**

приказом ЧОУ «Православная

классическая гимназия «София»

от 30.08.19 г. № \_\_\_\_

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ПО ОБЖ ДЛЯ 8-9 КЛАССА**

**Уровень программы:** *базовый*

Составитель:

учитель Лобачев Сергей Николаевич,

первая квалификационная категория

г. Клин, 2019

Оглавление

[Пояснительная записка 3](#_Toc18355905)

[Планируемые результаты освоения курса 4](#_Toc18355906)

[Содержание курса 6](#_Toc18355907)

[Тематическое планирование по ОБЖ 13](#_Toc18355908)

[Календарно-тематическое планирование по ОБЖ в 8 классе 14](#_Toc18355909)

[Календарно-тематическое планирование по ОБЖ в 9 классе 16](#_Toc18355910)

# Пояснительная записка

Программа разработана на основе Примерной программы по учебным предметам (Основы безопасности жизнедеятельности) и авторской программы В. Н. Латчука, С. К. Миронова, С. Н. Вангородского, М. А. Ульяновой в соответствии с требованиями Федерального государ­ственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного Министерством образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года № 1897, и Примерной программой, подготовленной в рам­ках проекта «Разработка, апробация и внедрение федераль­ных государственных стандартов общего образования второ­го поколения».

В рабочей программе реализованы требования Конститу­ции Российской Федерации и федеральных законов «О бе­зопасности», «О защите населения и территорий от чрезвы­чайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности дорожного движения», «О радиационной безопасности населения», «О пожарной безопасности», «Об экологической безопасности», «О санитарно-эпидемиологи­ческом благополучии населения», Стратегии национальной безопасности Российской Федерации.

Авторская программа рассчитана на 35 часов в каждом классе, рабочая программа рассчитана на **34 часа в 8-9 классах (всего 68 часов)**, сокращение произведено за счет резервного времени в соответствующих разделах. В остальном рабочая программа полностью соответствует авторской.

Стартовый, промежуточный и итоговый контроль организован посредством проведения письменных опросов.

Учебно-методический комплект по предмету «ОБЖ» в 8-9 классах состоит:

**8 класс**

Учебник: Вангородский В.Н. Латчук В.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс – М.: Дрофа, 2018

**9 класс**

Учебник: Вангородский С.Н. Латчук В.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс – М.: Дрофа, 2018

# Планируемые результаты освоения курса

***Личностные результаты:***

* усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных си­туациях, а также правил поведения на дорогах и на транс­порте;
* формирование понимания ценности здорового, разумно­го и безопасного образа жизни;
* усвоение гуманистических, демократических и тради­ционных ценностей многонационального российского обще­ства, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед Родиной;
* формирование ответственного отношения к учению, го­товности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуаль­ной траектории дальнейшего образования;
* формирование целостного мировоззрения, соответст­вующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духов­ное многообразие современного мира;
* формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
* освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;
* развитие правового мышления и компетентности при ре­шении моральных проблем, формирование моральных ка­честв и нравственного поведения, осознанного и ответствен­ного отношения к собственным поступкам;
* формирование коммуникативной компетентности в об­щении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и млад­шими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов де­ятельности;
* формирование экологической культуры на основе при­знания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходи­мости ответственного и бережного отношения к окружаю­щей среде;
* осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и забот­ливое отношение к членам своей семьи;
* формирование антиэкстремистского и антитеррористи- ческого мышления и поведения, потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно вы­полнять правила безопасности жизнедеятельности.

***Метапредметные результаты:***

* умение самостоятельно определять цели своего обуче­ния, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;
* умение самостоятельно планировать пути достиже­ния поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эф­фективные способы решения учебных и познавательных задач;
* умение согласовывать свои действия в опасных и чрез­вычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, оп­ределять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
* умение оценивать собственные возможности при выпол­нении учебных задач в области безопасности жизнедеятель­ности и правильность их решения;
* овладение навыками принятия решений, осознанно­го выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;
* умение формулировать понятия в области безопаснос­ти жизнедеятельности, анализировать и выявлять причин­но-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;
* умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению лич­ной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвы­чайных ситуациях;
* освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях при­родного, техногенного и социального характера;
* умение работать индивидуально и в группе, организовы­вать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разре­шать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
* умение правильно применять речевые средства для вы­ражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;
* формирование и развитие компетентности в области ис­пользования информационно-коммуникационных техноло­гий для решения задач обеспечения безопасности;
* формирование и развитие мышления безопасной жизне­деятельности, умение применять его в познавательной, ком­муникативной и социальной практике, для профессиональ­ной ориентации.

***Предметные результаты:***

* формирование современной культуры безопасности жиз­недеятельности на основе осознания и понимания необходи­мости защиты личности, общества и государства от чрезвы­чайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
* формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;
* понимание значимости современной культуры безопас­ности жизнедеятельности для личности и общества;
* 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 и терроризма;
* понимание необходимости подготовки граждан к воен­ной службе;
* формирование установки на здоровый и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;
* формирование антиэкстремистской и антитеррористиче- ской личностной позиции;
* понимание необходимости сохранения природы и окру­жающей среды для полноценной жизни человека;
* знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, вклю­чая экстремизм и терроризм, их последствий для личности, общества и государства;
* знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
* умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
* умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
* умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обста­новки и индивидуальных возможностей;
* овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техно­генных и социальных рисков на территории проживания.

# Содержание курса

**8 класс**

**Основы безопасности личности, общества и государства**

***Производственные аварии и катастрофы***

Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их классификация. Понятие об аварии, производственной и транспортной катастрофе, чрезвычайной ситуации техно­генного характера. Классификация и характеристика чрез­вычайных ситуаций техногенного характера по масштабу распространения и тяжести последствий. Типы чрезвычай­ных ситуаций техногенного характера, их классификация и характеристика (транспортные аварии, аварии с выбросом биологически опасных веществ, аварии на электроэнер­гетических и коммунальных системах, обрушения зданий и сооружений и др.).

Причины чрезвычайных ситуаций техногенного харак­тера и защита от них. Понятие о потенциально опасном объекте. Основные причины аварий и катастроф техногенно­го характера. Обеспечение личной безопасности при чрезвы­чайных ситуациях техногенного характера. Заблаговре­менные меры по предупреждению и защите от чрезвычай­ных ситуаций.

***Взрывы и пожары***

*Из истории катастроф*

Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах. Наи­более распространенные причины пожаров и взрывов на промышленных предприятиях, транспорте, в складских по­мещениях. Понятие о пожаро- и взрывоопасных объектах. Виды аварий на пожаро- и взрывоопасных объектах.

Общие сведения о взрыве и пожаре. Понятие о взрыве. Характеристика взрывов, их причины и последствия. Зоны действия взрыва. Действие взрыва на здания, сооружения, оборудование, степени разрушения. Понятие о пожаре и горении. Условия для протекания процесса горения. Клас­сификация веществ и материалов по группам возгораемости.

Классификация пожаров. Виды пожаров по внешним признакам горения и месту возникновения. Классификация пожаров по масштабам интенсивности и времени прибытия первых пожарных подразделений. Стадии развития пожара. Линейное и объемное распространение пожара.

Причины пожаров и взрывов, их последствия. Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях, на промышленных и взрывоопасных предприятиях. Основ­ные причины взрывов в жилых домах и связанных с ними пожаров. Террористическая деятельность как причина взрыва. Последствия взрывов и пожаров на объектах эконо­мики и в жилых зданиях.

Опасные факторы пожаров и поражающие факторы взрывов. Основные поражающие факторы пожара: откры­тый огонь и искры, повышенная температура окружающей среды, токсичные продукты горения и др. Вторичные факто­ры поражения пожара. Основные и вторичные поражающие факторы взрывов. Поражения людей при взрывах.

*Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах.*

Правила безопасного поведения при пожаре в здании, при опасной концентрации дыма и повышении температуры. Действия по спасению пострадавших из горящего здания, после взрыва. Правила безопасного поведения в случае взры­ва. Действия по спасению из завала. Тушение на человеке одежды.

Пожары и паника. Понятие о панике. Опасность паники в чрезвычайных ситуациях. Механизм панического бегства, движение людей при вынужденной эвакуации. Правила безопасного поведения при панике во время пожара в об­щественном месте. Меры по предотвращению паники.

***Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ***

*Из истории химических аварий*

Виды аварий на химически опасных объектах. По­нятие об опасном химическом веществе, химически опасном объекте, химической аварии. Классификация промышлен­ных объектов, городов, городских и сельских районов, об­ластей, краев и республик по степени химической опас­ности.

Аварийно химически опасные вещества и их пора­жающее действие на организм человека. Классификация опасности веществ по степени воздействия на организм чело­века. Понятие об аварийно химически опасном веществе. Наиболее распространенные аварийно химически опасные вещества (хлор, аммиак, фосген и др.), характеристика, воз­действие на человека, меры по предотвращению отравления и оказанию первой помощи.

Причины и последствия аварий на химически опасных объектах. Причины химических аварий и их возможные по­следствия. Понятие об очаге химического поражения и зо­нах химического заражения. Характеристика зон химиче­ского поражения, их глубина и форма. Стойкость аварийно химически опасных веществ.

Защита населения от аварийно химически опасных веществ. Основные способы защиты населения от аварийно химически опасных веществ. Принципы работы системы оповещения. Использование средств индивидуальной защи­ты органов дыхания. Защитные свойства гражданских про­тивогазов. Изготовление ватно-марлевой повязки. Укрытие людей в защитных сооружениях и последовательность гер­метизации помещений. Организация эвакуации населения.

Правила безопасного поведения при авариях с выбросом аварийно химически опасных веществ. Меры предосторож­ности, действия в случае оповещения об аварии и правила движения по зараженной местности. Правила безопасного поведения после выхода из зоны заражения. Действия при подозрении на поражение аварийно химически опасными веществами.

***Аварии с выбросом радиоактивных веществ***

*Из истории радиационных аварий*

Радиация вокруг нас. Понятие об ионизирующем излучении и его влияние на человека. Виды ионизирующего излучения (альфа-, бета- и гамма-излучения) и их харак­теристика. Измерение дозы облучения. Естественные и ис­кусственные источники ионизирующего излучения. Внеш­нее и внутреннее облучение человека. Дозы облучения от различных источников излучения.

Аварии на радиационно опасных объектах. Понятие о ра- диационно опасном объекте. Классификация аварий с вы­бросом радиоактивных веществ и их причины. Деление районов радиоактивного заражения на зоны. Четыре фазы аварии на радиационно опасном объекте и их характерис­тика.

Последствия радиационных аварий. Специфические свойства радиоактивных веществ. Понятие о периоде по­лураспада. Радиоактивное загрязнение местности. Виды радиационного воздействия на людей и животных и их по­следствия. Понятие о радиочувствительности органов чело­века, их классификация по этому признаку и установленные для них значения основных дозовых пределов. Определение допустимых доз облучения. Последствия однократного и многократного облучения. Допустимые значения заражения продуктов питания и воды.

Защита от радиационных аварий. Меры предосторож­ности, принимаемые проживающими вблизи от радиацион- но опасных объектов людьми. Действия в случае поступле­ния сигнала об аварии на радиационно опасном объекте (подготовка к эвакуации, действия при отсутствии убежища и средств защиты). Режим поведения при проживании на загрязненной местности. Комплекс мер по защите населе­ния: режим радиационной защиты, использование средств индивидуальной защиты, проведение йодной профилакти­ки, радиометрический контроль продуктов питания.

***Гидродинамические аварии***

*Из истории гидродинамических аварий*

Аварии на гидродинамически опасных объектах, их причины и последствия. Классификация гидродинамиче­ских аварий. Затопление как последствие гидродинами­ческой аварии. Понятие о зоне затопления, зоне катастро­фического затопления и их характеристика. Классификация гидродинамически опасных объектов, основные причины аварий на них. Поражающие факторы и последствия гидро­динамических аварий.

Защита от гидродинамических аварий. Мероприятия по уменьшению последствий аварий на гидродинамически опасных объектах. Основные меры по защите населения. Правила безопасного поведения при авариях на гидродина­мически опасных объектах.

***Чрезвычайные ситуации на транспорте***

*Из истории транспортных аварий*

Автомобильные аварии и катастрофы. Автомобиль­ные аварии и катастрофы и их основные причины. Автомо­биль как источник опасности на дороге. Безопасное поведе­ние на дорогах.

Безопасное поведение на дорогах велосипедистов и води­телей мопедов. Правила движения по проезжей части на ве­лосипедах и мопедах. Сигналы поворота и торможения. За­прещенные для водителей велосипедов и мопедов действия на дороге.

***Чрезвычайные ситуации экологического характера***

Состояние природной среды и жизнедеятельность человека. Антропогенные изменения в природе: преднаме­ренные преобразования и попутные изменения. Формы воз­действия человека на биосферу. Понятие о чрезвычайных ситуациях экологического характера, их классификация. Источники загрязнения окружающей среды и их классифи­кация. Понятие о токсичности. Экологические последствия хозяйственной деятельности человека.

Изменение состава атмосферы (воздушной среды). Функ­ции воздушной среды. Зависимость климата от прозрач­ности атмосферы. Влияние хозяйственной деятельности че­ловека на воздушную среду. Опасные явления, связанные с изменением состава атмосферы: парниковый эффект, разру­шение озонового экрана, кислотные осадки. Основные ис­точники загрязнения воздушной среды вредными вещест­вами. Меры по улучшению ситуации.

Изменение состояния гидросферы (водной среды). Значе­ние воды для жизни на Земле. Физико-химические свойства питьевой воды. Причины ухудшения качества пресных при­родных вод. Понятие о сточных водах. Классификация и ха­рактеристика сточных вод. Отрицательная динамика состо­яния питьевой воды.

Изменение состояния суши (почвы). Функции и значение почвы. Основные причины сокращения сельскохозяйствен­ных угодий. Причины опасного влияния почвы на здоровье человека. Опасность, исходящая из почвенных покровов в связи с широким применением пестицидов. Деградация поч­вы и ее причины. Классификация отходов и их влияние на загрязнение почвы.

Нормативы предельно допустимых воздействий на природу. Понятие о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве. Нормы качества воздуха, воды и почвы. Правила поведения для уменьшения влияния на здоровье вредных экологических факторов.

**Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи**

Первая помощь при массовых поражениях. Основ­ные факторы поражения людей при чрезвычайных ситуаци­ях. Главная задача и основная цель первой помощи. Меро­приятия первой помощи при массовых поражениях.

Первая помощь при поражении аварийно химически опасными веществами. Воздействие химических веществ на организм человека. Пути попадания ядовитых веществ в ор­ганизм человека: через органы дыхания, через желудочно-кишечный тракт, через кожу. Наиболее характерные и об­щие признаки химического отравления. Общие правила ока­зания первой помощи при поражении аварийно химически опасными веществами: удушающего действия; общеядо­витого действия; удушающего и общеядовитого действия; нейротропного действия; удушающего и нейротропного дей­ствия. Первая помощь при поражении метаболическими ядами; при отравлении соединениями тяжелых металлов и мышьяка; при ожогах химическими веществами.

Первая помощь при бытовых отравлениях. Признаки от­равления средствами бытовой химии (инсектицидами, ук­сусной эссенцией, перекисью водорода и др.) и оказание пер­вой помощи. Причины, последствия и признаки отравления минеральными удобрениями. Оказание первой помощи при первых признаках отравления минеральными удобрениями (при отравлении через органы пищеварения, дыхательные пути, глаза и кожу).

**Основы здорового образа жизни**

Физическая культура и закаливание. Влияние фи­зических упражнений на развитие растущего организма. Развитие необходимых физических качеств. Составляющие хорошей физической формы. Пути развития сердечно-дыха­тельной выносливости, мышечной силы, гибкости и скорост­ных качеств. Понятие о закаливании. Роль закаливания в профилактике простудных заболеваний. Принципы закали­вания. Факторы окружающей среды, применяемые для за­каливания организма: воздушные и солнечные ванны, зака­ливание водой.

Семья в современном обществе. Роль и задачи семьи в современном обществе. Создание семьи путем заключения брака. Понятие о законном браке. Права и обязанности супругов. Пути достижения взаимопонимания в семье.

**9 класс**

**Основы безопасности личности, общества и государства**

***Современный комплекс проблем безопасности***

Правовые основы обеспечения безопасности личнос­ти, общества и государства. Структура законодательства в сфере безопасности и защиты от чрезвычайных ситуаций. Краткое содержание основных правовых актов.

Угрозы национальной безопасности Российской Федера­ции. Понятие о национальной безопасности и основные на­правления ее обеспечения. Угрозы в сфере военной, государ­ственной и общественной безопасности. Меры по защите от этих угроз.

Международный терроризм как угроза национальной безопасности. Понятие о терроризме. Цели террористиче­ских организаций. Типы терроризма и их характеристика. Основные направления международного сотрудничества в сфере антитеррористической деятельности. Правовая основа антитеррористической деятельности в России.

Наркотизм и национальная безопасность. Понятие о нар­котизме, наркомании, токсикомании. Социальная опасность наркотизма. Правовая основа государственной политики в сфере оборота наркотических и психотропных веществ.

Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности. Понятие о гражданской обороне. Основные задачи в области гражданской обороны и защиты населе­ния. Силы гражданской обороны. Структуры, руководящие гражданской обороной.

***Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (рсчс)***

Цели, задачи и структура РСЧС. Единая государст­венная система предупреждения и ликвидации чрезвычай­ных ситуаций (РСЧС) и причины ее создания. Цели, задачи и структура РСЧС. Координационные органы РСЧС и их характеристика.

Режимы функционирования, силы и средства РСЧС. Ре­жимы функционирования и основные мероприятия при их введении: в отсутствие чрезвычайной ситуации; при угрозе ее возникновения; при возникновении и ликвидации. Силы и средства РСЧС, их задачи и характеристика.

***Международное гуманитарное право***

Международное гуманитарное право. Сфера при­менения и ответственность за нарушение норм. Понятие о международном гуманитарном праве и сфера его примене­ния. Лица, находящиеся под защитой международного гу­манитарного права. Основные документы международного гуманитарного права. Действия, нарушающие нормы меж­дународного гуманитарного права, и ответственность за их совершение.

Защита раненых, больных, потерпевших кораблекруше­ние, медицинского и духовного персонала. Правовая защита раненых, больных и потерпевших кораблекрушение. Обес­печение защиты раненых и больных во время вооруженного конфликта. Основные требования по защите раненых и боль­ных из состава действующей армии и вооруженных сил на море. Защита медицинского и духовного персонала. Состав медицинских формирований и их эмблемы.

Защита военнопленных и гражданского населения. Понятие о комбатанте и военнопленном. Основные требова­ния по защите военнопленных. Случаи применения защит­ных мер в отношении гражданского населения. Основные требования по защите лиц из числа гражданского населе­ния, находящихся во власти противника. Особая защита женщин и детей.

***Безопасное поведение в криминогенных ситуациях***

Защита от мошенников. Понятие о мошенничестве, обмане, злоупотреблении доверием. Распространенные спо­собы мошенничества. Правила безопасного поведения, если вы подозреваете, что являетесь объектом мошенничества.

Безопасное поведение девушек. Понятие о преступлениях на сексуальной почве. Безопасное поведение девушек при столкновении с молодыми и взрослыми хулиганами, уголов­никами и лицами, находящимися в нетрезвом состоянии. Правила поведения девушки в обществе мужчины: в незна­комом месте; при возникновении угрозы или опасности на­силия. Подручные средства самообороны и способы самоза­щиты. Наиболее уязвимые части тела.

Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтных ситуаций. Само­оценка поведения. Признаки потенциальной жертвы. Уве­ренное и решительное поведение в криминогенных ситуа­циях. Тренировка уверенности. Правила безопасного поведе­ния при неизбежности конфликта. Поведение при столк­новении с хулиганами, похищении, попытке изнасилова­ния.

**Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи**

***Профилактика травм в старшем школьном возрасте***

*Причины травматизма и пути их предотвращения.*

Понятие о травматизме. Основные причины травматизма и виды травм в школьном возрасте. Меры по предотвращению различных видов травм.

Безопасное поведение дома и на улице. Правила безопас­ного поведения в быту, снижающие риск получения травм в домашних условиях. Меры по снижению опасности на воде. Защита от дорожно-транспортных происшествий. Что делать, если вы оказались свидетелем или участником ДТП.

Безопасное поведение в школе, на занятиях физ­культурой и спортом. Правила поведения на уроках физики, химии, во время перемен. Причины травматизма на уроках физической культуры и во время занятий спортом. Виды спорта с высокой степенью травматического риска. Профи­лактика травматизма на уроках физической культуры и на занятиях спортом. Безопасная одежда, обувь и защитное снаряжение.

***Основы медицинских знаний***

Профилактика осложнений ран. Асептика и ан­тисептика. Понятие о ране. Виды ран. Понятие об анти­септике и ее виды. Основные антисептические средства и порядок их применения. Понятие об асептике. Предупреж­дение инфицирования ран с помощью асептических средств.

Травмы головы, позвоночника и спины. Причины травм головы и позвоночника. Признаки и симптомы травм головы и позвоночника; первая помощь при них. Сотрясение голов­ного мозга: признаки и симптомы; первая помощь. Призна­ки и симптомы повреждения спины. Предупреждение по­вреждения спины и первая помощь при болях.

Экстренная реанимационная помощь. Понятие о кли­нической смерти и ее признаки. Основные правила опреде­ления признаков клинической смерти. Последовательность проведения реанимационных мероприятий. Подготовка по­страдавшего к реанимации. Понятие о прекардиальном уда­ре, непрямом массаже сердца, искусственной вентиляции легких. Техника и последовательность действий при вы­полнении этих реанимационных мероприятий.

Основные неинфекционные заболевания. Характеристи­ка наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваний. Причины неинфекционных заболеваний и до­ступные меры их профилактики.

**Основы здорового образа жизни**

***Здоровье и здоровый образ жизни***

Здоровье человека. Понятие о здоровье. Физическое, духовное, социальное здоровье. Характеристика групп здо­ровья детей и подростков. Взаимосвязь между индивиду­альным и общественным здоровьем. Факторы, влияющие на здоровье.

Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления.

Понятие о здоровом образе жизни. Основные компоненты здорового образа жизни: двигательная активность, рацио­нальное питание, закаливание, режим труда и отдыха; их характеристика. Теории оздоровления.

Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье. По­нятие о внешней среде. Факторы риска во внешней среде и их влияние на организм человека. Понятие о внутренней среде организма. Роль внутренней среды организма.

***Личная гигиена***

*Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды.*

Понятие о гигиене и личной гигиене. Правила ухода за ко­жей. Основная функция одежды и гигиенические требова­ния к ней.

Гигиена питания и воды. Важность питания в процессе нормальной жизнедеятельности организма. Группы про­дуктов питания. Рекомендуемый набор пищевых продуктов в рационе взрослого человека и подростка. Суточное рас­пределение пищевого рациона. Гигиена питания. Функции, выполняемые водой в организме человека. Гигиена воды. Способы очистки воды.

Гигиена жилища и индивидуального строительства. Гигиена жилища. Микроклимат помещения. Нормы искусственной освещенности. Гигиена индивидуального строи­тельства.

***Физиологические и психологические особенности организма подростка***

Физиологическое и психологическое развитие под­ростков. Особенности физиологического развития в период полового созревания. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья человека. Мероприятия, помогаю­щие справиться с чувствами и эмоциями.

Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции. Понятие о влюбленности. Рекомендации по сня­тию стресса, вызванного безответной любовью. Понятие о «ловушках влюбленности». Нежелательные мотивы вступ­ления в сексуальные отношения.

Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных ситуациях. Понятие о конфликте. Виды конфликтов и ме­тоды преодоления разногласий. Правила поведения в конф­ликтной ситуации. Управление чувствами и эмоциями в конфликтной ситуации. Приемы управления чувствами и эмоциями.

Суицидальное поведение в подростковом возрасте. Поня­тие о суициде. Причины и факторы, повышающие вероят­ность суицида. Признаки, указывающие на возможность суицида. Зависимость числа суицидов от возраста и пола. Суицид среди подростков и молодежи. Причины и признаки эмоционального неблагополучия человека. Угнетенное пси­хическое состояние. Профилактика суицида.

***Факторы, разрушающие здоровье человека***

Употребление табака. Табакокурение и его последст­вия для здоровья курильщика и окружающих его людей. Стадии никотиновой зависимости. Как бросить курить.

Употребление алкоголя. Алкоголь и его влияние на здо­ровье человека. Развитие алкоголизма. Профилактика упо­требления алкогольных напитков. Помощь при алкогольном отравлении.

Наркомания и токсикомания. Понятие о наркомании и токсикомании. Действие наркотических и токсических ве­ществ на организм человека. Три основных признака нарко­мании и токсикомании. Развитие психической и физической зависимости от наркотика. Признаки наркотического отравления и отравления лекарствен­ными препаратами; оказание первой помощи.

Заболевания, передающиеся половым путем. Опасность заболеваний, передающихся половым путем. Характеристика распространенных заболеваний, передающихся половым путем, и их не­гативное влияние на здоровье человека.

# Тематическое планирование по ОБЖ

**8 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование разделов | Кол-во часов в авторской программе | Кол-во часов в рабочей программе |
| Основы безопасности личности, общества и государства | **30** | **29** | |
| Производственные аварии и катастрофы | **2** | **2** | |
| Взрывы и пожары | **7** | **6** | |
| Аварии с выбросом АХОВ | **6** | **6** | |
| Аварии с выбросом радиоактивных веществ | **5** | **5** | |
| Гидродинамические аварии | **3** | **3** | |
| Чрезвычайные ситуации на транспорте | **2** | **2** | |
| Чрезвычайные ситуации экологического характера | **5** | **5** | |
| Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи | **3** | **3** | |
| Основы здорового образа жизни | **2** | **2** | |
| Итого: | **35** | **34** |

**9 класс**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Наименование разделов | Кол-во часов в авторской программе | Кол-во часов в рабочей программе |
| Основы безопасности личности, общества и государства | **14** | **13** | |
| Современный комплекс проблем безопасности | **5** | **4** | |
| Организация РСЧС | **3** | **3** | |
| Международное гуманитарное право | **3** | **3** | |
| Безопасное поведение в криминогенных ситуациях | **3** | **3** | |
| Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи | **7** | **7** | |
| Профилактика травм в старшем школьном возрасте | **3** | **3** | |
| Основы медицинских знаний | **4** | **4** | |
| Основы здорового образа жизни | **14** | **14** | |
| Здоровье и здоровый образ жизни | **3** | **3** | |
| Личная гигиена | **3** | **3** | |
| Физиологические и психологические особенности организма подростка | **4** | **4** | |
| Факторы, разрушающие здоровье человека | **4** | **4** | |
| Итого: | **35** | **34** |

# Календарно-тематическое планирование по ОБЖ в 8 классе

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **урока** | **Наименование разделов и тем** | **Планируемые сроки проведения** | **Скорректированные сроки проведения** |
| **Основы безопасности личности, общества и государства (29 часов)** | | | |
|  | Понятие о ЧС техногенного характера и их классификация | 05.09.2019 |  |
|  | Понятие о потенциально опасном объекте | 12.09.2019 |  |
| ***Взрывы и пожары (6 часов)*** | | | |
|  | Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах | 19.09.2019 |  |
|  | Общие сведения о пожарах  Стартовый контроль | 26.09.2019 |  |
|  | Классификация пожаров | 03.10.2019 |  |
|  | Причины пожаров и взрывов | 10.10.2019 |  |
|  | Опасные факторы пожаров | 17.10.2019 |  |
|  | Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах | 24.10.2019 |  |
| ***Аварии с выбросом АХОВ (6 часов)*** | | | |
|  | Виды аварий на химически опасных объектах | 07.11.2019 |  |
|  | АХОВ и их поражающее действие | 14.11.2019 |  |
|  | Причины аварий на химически опасных объектах | 21.11.2019 |  |
|  | Последствия аварий на химически опасных объектах | 28.11.2019 |  |
|  | Защита населения от АХОВ | 05.12.2019 |  |
|  | Правила безопасного поведения при авариях с выбросом АХОВ | 12.12.2019 |  |
| ***Аварии с выбросом радиоактивных веществ (5 часов)*** | | | |
|  | Радиация вокруг нас | 19.12.2019 |  |
|  | Аварии на радиационно-опасных объектах | 26.12.2019 |  |
|  | Последствия радиационных аварий | 16.01.2020 |  |
|  | Защита от радиационных аварий  Промежуточный контроль | 23.01.2020 |  |
|  | Вспомним Чернобыль | 30.01.2020 |  |
| ***Гидродинамические аварии (3 часа)*** | | | |
|  | Причины аварий на гидродинамически опасных объектах | 06.02.2020 |  |
|  | Последствия аварий на гидродинамически опасных объектах | 13.02.2020 |  |
|  | Защита от гидродинамических аварий | 20.02.2020 |  |
| ***Чрезвычайные ситуации на транспорте (2 часа)*** | | | |
|  | Автомобильные аварии и катастрофы | 05.03.2020 |  |
|  | Безопасное поведение на дорогах велосипедистов и водителей мопедов | 12.03.2020 |  |
| ***Чрезвычайные ситуации экологического характера (5 часов)*** | | | |
|  | Состояние природной среды и жизнедеятельность человека | 19.03.2020 |  |
|  | Изменение состава атмосферы | 26.03.2020 |  |
|  | Изменение состава гидросферы | 02.04.2020 |  |
|  | Изменение состава суши | 09.04.2020 |  |
|  | Нормы предельно допустимых воздействий на природу  Итоговый контроль | 16.04.2020 |  |
| **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (3 часа)** | | | |
|  | Первая помощь при массовых поражениях | 30.04.2020 |  |
|  | Первая помощь при поражении АХОВ | 07.05.2020 |  |
|  | Первая помощь при бытовых отравлениях | 14.05.2020 |  |
| **Основы здорового образа жизни (2 часа)** | | | |
|  | Физическая культура и закаливание | 21.05.2020 |  |
|  | Семья в современной обществе | 28.05.2020 |  |
| **Итого:** | | **34** |  |

# Календарно-тематическое планирование по ОБЖ в 9 классе

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№**  **урока** | **Наименование разделов и тем** | **Планируемые сроки проведения** | **Скорректированные сроки проведения** |
| **Основы безопасности личности, общества и государства (13 часов)** | | | |
| ***Современных комплекс проблем безопасности (4 часа)*** | | | |
|  | Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства | 04.09.2019 |  |
|  | Угрозы национальной безопасности Российской Федерации | 11.09.2019 |  |
|  | Международный терроризм как угроза национальной безопасности  Стартовый контроль | 18.09.2019 |  |
|  | Гражданская оборона как составная часть системы национальной безопасности | 25.09.2019 |  |
| ***Организация РСЧС (3 часа)*** | | | |
|  | Цели, задачи и структура РСЧС | 02.10.2019 |  |
|  | Режимы функционирования РСЧС | 09.10.2019 |  |
|  | Силы и средства РСЧС | 16.10.2019 |  |
| ***Международное гуманитарное право (3 часа)*** | | | |
|  | Международное гуманитарное право | 23.10.2019 |  |
|  | Защита особых групп населения | 06.11.2019 |  |
|  | Защита гражданского населения | 13.11.2019 |  |
| ***Безопасное поведение в криминогенных ситуациях (3 часа)*** | | | |
|  | Защита от мошенников | 20.11.2019 |  |
|  | Безопасное поведение девушек | 27.11.2019 |  |
|  | Пути выхода из конфликтных ситуаций | 04.12.2019 |  |
| **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (7 часов)** | | | |
| ***Профилактика травм в старшем школьном возрасте (3 часа)*** | | | |
|  | Причины травматизма | 11.12.2019 |  |
|  | Безопасное поведение дома и на улице | 18.12.2019 |  |
|  | Безопасное поведение на занятиях | 25.12.2019 |  |
| ***Основы медицинских знаний (4 часа)*** | | | |
|  | Асептика и антисептика | 15.01.2020 |  |
|  | Травмы головы и позвоночника | 22.01.2020 |  |
|  | Экстренная реанимационная помощь  Промежуточный контроль | 29.01.2020 |  |
|  | Основные неинфекционные заболевания | 05.02.2020 |  |
| **Основы здорового образа жизни (14 часов)** | | | |
| ***Здоровье и здоровый образ жизни (3 часа)*** | | | |
|  | Здоровье человека | 12.02.2020 |  |
|  | Здоровый образ жизни | 19.02.2020 |  |
|  | Факторы риска во внешней среде | 04.03.2020 |  |
| ***Личная гигиена (3 часа)*** | | | |
|  | Понятие о личной гигиене | 11.03.2020 |  |
|  | Гигиена питания | 18.03.2020 |  |
|  | Гигиена жилища | 25.03.2020 |  |
| ***Физиологические и психологические особенности организма подростка (4 часа)*** | | | |
|  | Физиологическое и психологическое развитие подростков | 01.04.2020 |  |
|  | Роль взаимоотношений | 08.04.2020 |  |
|  | Виды конфликтов | 15.04.2020 |  |
|  | Суицидальное поведение  Итоговый контроль | 29.04.2020 |  |
| ***Факторы, разрушающие здоровье человека (4 часа)*** | | | |
|  | Употребление табака | 06.05.2020 |  |
|  | Употребление алкоголя | 13.05.2020 |  |
|  | Наркомания и токсикомания | 20.05.2020 |  |
|  | Заболевания, предающиеся половым путем | 27.05.2020 |  |
| **Итого:** | | **34** |  |

|  |  |
| --- | --- |
| **СОГЛАСОВАНО**  Протоколом заседания  ШМО естественнонаучного цикла  от 30.08.2019 №1 | **СОГЛАСОВАНО**  Зам. директора по УВР  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Л.Г. Кемайкина  30.08.2019 |