ГБОУ АО «Православная гимназия имени священномученика Иосифа, митрополита Астраханского и благодетельницы Веры Жилкиной»

Рассмотрено	**Согласовано**	**Утверждено**
на заседании методического объединения: Протокол № 1 от 28.08.2023	Зам. директора по УВР _____ /_____ от 30.08.2023	приказом ГБОУ АО «Православная гимназия» от 30.08.2023 № 56-УВ Директор _____ Е.В. Алябьева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО «ОСНОВАМ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» ДЛЯ 8 КЛАССА НА 2023/2024 УЧЕБНЫЙ ГОД

УМК Основы безопасности жизнедеятельности: 8 – 9 классы: учебник для учащихся общеобразовательных организаций / Н. Ф Виноградова, Д. В. Смирнов, Л.В. Сидоренко и др. – 4-е изд., стер. – М.: Просвещение, 2022. – 271, [1] с.: ил.

Подготовил учитель физической культуры и ОБЖ

Шиманов Н. М.

Астрахань, 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности разработана для обучения обучающихся 8 класса ГБОУ АО «Православная гимназия имени священномученика Иосифа, митрополита Астраханского и благодетельницы Веры Жилкиной» на основе:

1. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.
2. Авторской программы: Основы безопасности жизнедеятельности Основы безопасности жизнедеятельности: 8 – 9 классы: учебник для учащихся общеобразовательных организаций / Н. Ф Виноградова, Д. В. Смирнов, Л.В. Сидоренко и др. – 4-е изд., стер. – М.: Просвещение, 2022. – 271, [1] с.: ил.
3. Учебного плана ГБОУ АО «Православная гимназия» на 2023 – 2024 учебный год.
4. Федерального перечня учебников на 2023 – 2024 учебный год.

УМК:

1. Основы безопасности жизнедеятельности: 8 – 9 классы: учебник для учащихся общеобразовательных организаций / Н. Ф Виноградова, Д. В. Смирнов, Л.В. Сидоренко и др. – 4-е изд., стер. – М.: Просвещение, 2022. – 271, [1] с.: ил.
2. Н. Ф Виноградова, Д. В. Смирнов, Л.В. Сидоренко. «Основы безопасности жизнедеятельности». Базовый уровень: рабочая программа. 8–9 классы.
3. Авторской программы: Основы безопасности жизнедеятельности: 5-9 классы: программа / Н.Ф. Виноградовой, Д.В. Смирнова, Л.В. Сидоренко, А.Б. Таранин, М.: Вента-Граф, 2021 г.

Данная программа рассчитана на 34 часа (из расчета 1 час в неделю) на базовом уровне, в соответствии с учебным планом ГБОУ АО «Православная гимназия» на 2023 – 2024 учебный год.

Цели: курс «Основы безопасности жизнедеятельности» направлен на достижение следующих целей, обеспечивающих реализацию личностно-ориентированного, когнитивно-коммуникативного, деятельностного подходов к обучению курса:

- безопасное поведение обучающихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание каждым обучающимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- принятие обучающимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи, справедливости судов и ответственности власти;
- антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение обучающихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение обучающихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;

Задачи:

- формирование у обучающихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у обучающихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции, и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

умения познавательные, интеллектуальные (*аналитические, критические, проектные, исследовательские, работы с информацией: поиска, выбора, обобщения, сравнения, систематизации и интерпретации):*

• *формулировать* личные понятия о безопасности и учебно-познавательную проблему (задачу);

• *анализировать* причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;

• *выявлять* причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

• *генерировать идеи*, моделировать индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; планировать — определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

• *выбирать* средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

• *находить*, *обобщать и интерпретировать* информацию с использованием учебной литературы по безопасности жизнедеятельности, словарей, Интернета, СМИ и других информационных ресурсов;

• *применять* теоретические знания в моделировании ситуаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни;

умения коммуникативные:

• *взаимодействовать с окружающими*, вести конструктивный диалог, понятно выражать свои мысли, слушать собеседника, признавать право другого человека на иное мнение;

• *выполнять* различные социальные роли в обычной и экстремальной ситуациях, в решении вопросов по обеспечению безопасности личности, общества, государства;

умения регулятивные (организационные):

• *саморегуляция и самоуправление собственным* поведением и деятельностью — построение индивидуальной образовательной траектории;

• *владение навыками* учебно-исследовательской и проектной деятельности;

• *владение навыками* познавательной рефлексии (осознание совершаемых действий и мыслительных процессов, границ своего знания и незнания) для определения новых познавательных задач и средств их достижения;

• *владение практическими* навыками первой помощи, физической культуры, здорового образа жизни, экологического поведения, психогигиены.

Предметные результаты предполагают формирование основ научного (критического, исследовательского) типа мышления на основе научных представлений о стратегии и тактике безопасности жизнедеятельности; о подходах теории безопасности жизнедеятельности к изучению опасных и чрезвычайных ситуаций; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; о социально-демографических и экологических процессах на территории России; о подготовке населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, включая противодействие экстремизму, терроризму, наркотизму; о здоровом образе жизни; об оказании первой помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности, о военно-силовых ресурсах государства по защите населения и территорий;

в ценностно-ориентационной сфере:

• ценностные установки, нравственные ориентиры, стратегические приоритеты, мотивы, потребности, принципы мышления и поведения, обеспечивающие выработку

индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, экологического мировоззрения и мотивации, антиэкстремистского поведения, гражданской позиции, умения предвидеть опасные ситуации, выявлять их причины и возможные последствия, проектировать модели безопасного поведения;

• осознание личной ответственности за формирование культуры семейных отношений;

в коммуникативной сфере:

• умение находить необходимую информацию по вопросам безопасности здоровья, адекватно информировать окружающих и службы экстренной помощи об опасной ситуации;

• умение сотрудничать с другими людьми, выполнять совместно необходимые действия по минимизации последствий экстремальной ситуации;

• стремление и умение находить компромиссное решение в сложной ситуации;

в эстетической сфере:

• умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира;

• умение различать эргономичность, эстетичность и безопасность объектов и среды обитания (жизнедеятельности);

в бытовой, трудовой и досуговой сфере:

• грамотное обращение с бытовыми приборами, техническими устройствами;

• соблюдение правил дорожного движения и поведения на транспорте;

• соблюдение правил отдыха в загородной зоне;

• знание номеров телефонов для вызова экстренных служб;

• умение оказывать первую помощь;

• правоохранительное поведение в социальной и природоохранной сфере;

в сфере физической культуры и здорового образа жизни:

• накопление опыта физического и психического совершенствования средствами спортивно-оздоровительной деятельности, здорового образа жизни;

• выработка привычки к соблюдению правил техники безопасности при развитии физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, координации, скоростных качеств, обеспечивающих двигательную активность;

• соблюдение рационального режима труда и отдыха для того, чтобы выдерживать высокую умственную нагрузку старшеклассников, осуществлять профилактику утомления и дистресса здоровыми способами физической активности;

• умение правильно оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой и в экстремальных ситуациях.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Раздел 1. Введение. Основы безопасности жизнедеятельности.
Это нужно знать. Проблема здорового образа жизни. Как её решали в древности. Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ. Расширение кругозора. Физическое воспитание в Спарте.

Раздел 2. Здоровый образ жизни. Что это?
Зависит ли здоровье от образа жизни? Образ жизни. Слагаемые здоровья.
Физическое здоровье человека. Значение физической культуры для здоровья человека. Что такое физическое здоровье. Физическая культура и служба в армии. Закаливание — способ тренировки организма. Виды закаливания. Правила гигиены.
Расширение кругозора. Русская баня и здоровье. Примеры закаливания.
Правильное питание. Характеристика жиров, белков и углеводов. Режим питания. Правила питания. Продукты питания как экологический фактор. Питание и болезни. Диета. Расширение кругозора. Чемпион среди круп по содержанию белков. Благотворное воздействие зелёного чая. Психическое здоровье человека. Показатели психического здоровья и нездоровья. Влияние воли на эмоциональное состояние человека. Правильная организация жизнедеятельности. Воздействие шумов на организм человека. Компьютер и здоровье. Информационная безопасность. Социальное здоровье человека. Что такое социальное здоровье человека. Общение. Правила коммуникации. Учение — социально важная деятельность. Круг интересов человека. Фанаты и поклонники. Расширение кругозора. Дети- Маугли. Репродуктивное здоровье подростков и его охрана.
Определение репродуктивного здоровья. Половое созревание. Особенности развития мальчиков и девочек (юношей и девушек). Риски старшего подросткового возраста.

Раздел 3. Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни.
Как вести себя при пожаре. Причины и последствия пожаров. Поражающие факторы пожара. Правила пожарной безопасности. Безопасность во время праздничных фейерверков. Можно ли тушить пожар самостоятельно? Правила эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения. Помощь при ожогах. Чрезвычайные ситуации в быту. Залив жилища. Опасное электричество. Первая помощь при электротравмах. Утечка газа. Отравление угарным газом. Бытовая химия. Правила хранения в помещении опасных жидкостей. Правила поведения с немаркированными ёмкостями. Отравление ядохимикатами. Первая помощь при отравлении опасными жидкостями и ядохимикатами. Разумная предосторожность. Досуг в городе; каких мест лучше избегать. Как вести себя на улице. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Что делать, если произошло нападение. Самооборона. Расширение кругозора. Уголовный кодекс РФ о проникновении в чужое жилище. Опасные игры. Места, где играть запрещено. Опасности, которые скрывает карьер. Экстрим в игре и спорте. Неразорвавшиеся боеприпасы.

Раздел 4. Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе.
Лес — это серьёзно. Ядовитые растения. Несъедобные для человека грибы. Правила сбора грибов, которые помогут избежать отравления. Правила грибной кулинарии. Первая помощь при отравлении грибами. Дикие животные. Насекомые. Гроза в лесу. Правила поведения при грозе. Расширение кругозора. Ядовитые растения. Мифы о грибах. Опасные земноводные. Водоём зимой и летом. Опасные ситуации на воде, причины возникновения. Правила отдыха на воде, правила катания на лодке.
Помощь утопающему. Помощь человеку, оказавшемуся в полынье. Правила зимней рыбалки.

Раздел 5. Современный транспорт и безопасность.

Транспорт в современном мире. Расширение кругозора. Экологически безопасный транспорт. Чрезвычайные ситуации на дорогах. Транспорт как источник опасности. Опасные игры на дорогах. Дорожно-транспортное происшествие: причины и последствия. Правила поведения при дорожно-транспортном происшествии. Первая помощь при травмах: как остановить кровотечение, как наложить шину. Расширение кругозора. Водитель в чрезвычайной ситуации. Опасные ситуации в метро. Правила поведения в метро: движение на эскалаторе; ожидание поезда; в вагоне. Авиакатастрофы. Подготовка к полёту. Правила поведения на борту авиалайнера. Пожар на борту самолёта. Разгерметизация самолёта. Аварийная посадка. Расширение кругозора. Права командира авиалайнера в экстренных ситуациях. Железнодорожная катастрофа. Действия в случае крушения поезда.

Раздел 6. Безопасный туризм

Обеспечение безопасности в туристских походах. Туризм — отдых, связанный с преодолением трудностей. Объективные и субъективные трудности туристского похода. Правила безопасности в туристском походе. Преодоление естественных препятствий.

Безопасное место для бивуака. Правила безопасного поведения в случае, когда турист отстал от группы. Туризм и экология окружающей среды. Обеспечение безопасности в водном туристском походе. Подготовка к походу. Правила безопасного поведения вводном походе. Узлы в туристском походе. Расширение кругозора. Как правильно выбрать для похода рюкзак. Вязание узлов (исторический экскурс).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Раздел / Тема
	Раздел 1. Введение. Основы безопасности жизнедеятельности (2 часа)
1	Это нужно знать. Немного истории
2	Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ
	Раздел 2. Здоровый образ жизни (11 часов)
3	Зависит ли здоровье от образа жизни?
4	Физическое здоровье
5	Что такое правильное питание? Белки, жиры и углеводы
6	Проблемы экологии питания
7	Поговорим о диете
8	Психическое здоровье- эмоциональное благополучие человека
9	Воздействие шумов на организм человека. Работа на компьютере
10	Что такое социальное здоровье
11	Что такое репродуктивное здоровье
12	Риски старшего подросткового возраста
13	Обобщение пройденного материала
	Раздел 3. Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни (7 часов)
14	Как вести себя при пожаре. Причины и последствия пожаров
15	Средства пожаротушения
16	Чрезвычайные ситуации в быту. Отравление газом
17	Правила безопасности при пользовании бытовой химией, ядохимикат
18	Залив жилища. Опасное электричество. Правила пользования электроприборами
19	Как выбрать место для отдыха. Как вести себя на улице
20	Опасные игры
	Раздел 4. Современный транспорт и безопасность (4 часа)
21	Лес – это серьезно. Ядовитые растения и грибы. Правила сбора
22	Поведение в лесу при встрече с опасными животными. Если гроза застала в лесу
23	Умение отдыхать на воде. Помощь утопающему. Приёмы проведения искусственного дыхания
24	Правила поведения на льду
	Раздел 5. Современный транспорт и безопасность (7 часов)
25	Транспорт в современном мире
26	Чрезвычайные ситуации на дорогах. Причины и последствия дорожно-транспортных происшествий
27	Опасные ситуации в метро
28	Авиакатастрофы
29	Особенность железнодорожного транспорта
30	Правила поведения при крушении поезда, возникновении пожара
31	Террористические акты на транспорте
	Раздел 6. Безопасный туризм (3 часа)
32	Обеспечение безопасности в туристических походах
33	Обеспечение безопасности в туристических походах
34	Правила безопасного поведения в водном походе