



Приложение № 3  
к основной образовательной программе  
основного общего образования  
МАОУ СОШ № 208 с углубленным  
изучением отдельных предметов,  
утвержденное приказом № 122/1  
от 28.08.2021 г.

## **Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности (ОБЖ)**

### **1. Планируемые результаты освоения учебного предмета ОБЖ на уровне основного общего образования**

#### **1.1. Личностные результаты освоения программы по ОБЖ:**

Личностные результаты освоения образовательной программы по биологии отражают:

1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

- 10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- 11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

## **1.2. Метапредметные результаты освоения программы по ОБЖ:**

- 1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- 2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- 3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- 4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- 5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- 6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- 7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- 8) смысловое чтение;
- 9) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе; находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- 10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- 11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее - ИКТ компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;
- 12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

## **1.3. Предметные результаты освоения программы по ОБЖ**

В основной школе в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования результаты изучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности» должны отражать:

- 1) формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- 2) формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- 3) понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- 4) 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;
- 5) понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества;
- 6) формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- 7) формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- 8) понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- 9) знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствий для личности, общества и государства;
- 10) знание и умение применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- 11) умение оказать первую помощь пострадавшим;
- 12) умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;
- 13) умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- 14) овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

## **2. Содержание учебного предмета физическая культура на уровне среднего общего образования**

### **2.1. Содержание учебного предмета**

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

##### **Основы комплексной безопасности**

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

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

Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины, ураганы, бури, смерчи, сильный дождь (ливень), крупный град, гроза, сильный снегопад, сильный гололед,

метели, снежные заносы, наводнения, половодье, сели, цунами, лесные, торфяные и степные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной защиты. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них (аварии на радиационноопасных, химически опасных, пожароопасных и взрывоопасных, объектах экономики, транспорте, гидротехнических сооружениях). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной и коллективной защиты. Правила пользования ими. Действия по сигналу «Внимание всем!». Эвакуация населения и правила поведения при эвакуации.

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

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

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

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

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена). Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и их факторов. Семья в современном обществе. Права и обязанности супругов. Защита прав ребенка.

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

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

#### **Проектная деятельность (примерные темы)**

- 1) «Витамины — это жизнь»;
- 2) «Одиночество — путь к социальному нездоровью человека», «Наши предложения: как улучшить психическое здоровье человека»;
- 3) «Опасные игры»;
- 4) «Растения и грибы таят опасности», «Безопасное поведение на природе»;
- 5) «История великих кораблекрушений», «Правила поведения при чрезвычайных ситуациях на корабле»;
- 6) «Как укрыться от непогоды» (конструирование укрытия от непогоды в лыжном и пешем туристском походе);
- 7) «Отношение к пьянству в России в разные исторические эпохи», «Мифы о пьянстве на Руси», «Отражение темы пьянства в карикатуре»;
- 8) «Как смягчить последствия природных чрезвычайных ситуаций»;
- 9) «Техногенные катастрофы»;
- 10) «Служба в Вооружённых Силах России как часть борьбы за национальную безопасность страны».

## **2.2. Воспитательный потенциал предмета ОБЖ на уровне основного общего образования предполагает следующее:**

- Установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя через живой диалог, привлечение их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизацию их познавательной деятельности через использование занимательных элементов, проблемного вопроса, подготовку сообщений из рубрики «Это интересно», «Комплексная безопасность» и др..

- Привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений через создание специальных тематических проектов, рассчитанных на различные виды сотрудничества, организация работы с получаемой на уроке социально значимой информацией.

- Проведение событийных уроков, уроков-экскурсий, которые позволяют разнообразить формы работы на уроке, повысить мотивацию к изучаемому предмету, позволяет воспитывать любовь к Родине.

- Включение в урок интерактивных форм работы: групповая работа, парная работа, игровую, что позволяет установить доброжелательную обстановку на уроке, позволяет обучающимся в процессе общения не только получать знания, но и приобретать опыт.

- Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со всеми участниками образовательного процесса, принципы учебной дисциплины и самоорганизации через знакомство и в последующем соблюдение «Правил внутреннего распорядка обучающихся», принятие правил работы в группе, взаимоконтроль и самоконтроль обучающихся.

- Использование ИКТ технологий обучения, обеспечивающих современные активности обучающихся (программы-тренажеры, тесты, зачеты в электронных приложениях, мультимедийные презентации, онлайн - диктанты, научно-популярные передачи, фильмы, обучающие сайты, уроки онлайн, видеолекции, онлайн-конференции и др.)

- Использование технологии «Портфолио», с целью развития самостоятельности, рефлексии и самооценки, планирования деятельности, видения правильного вектора для дальнейшего развития способностей.

- Применение в рамках урока методики «смыслового чтения текста», позволяет не только повысить результаты предметных результатов, но и усилить воспитательный потенциал урока через полное осмысление прочитанного текста и последующее его обсуждение.

- Поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках выполнения проектов даст школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения (участие в конкурсах, выставках, соревнованиях, научно-практических конференциях).

- Использование визуальных образов (предметно-эстетической среды, наглядная агитация школьных стендов, предметной направленности, совместно производимые видеоролики по темам урока).

- Сотрудничество педагога и обучающихся на учебном занятии позволяет не только приобретать знания, опыт и навыки, но и обеспечивать переход в социально значимые виды групповой, парной и самостоятельной деятельности.

### 3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отведенных на изучение каждой темы

8 класс

№ п/п	Тема урока
1.	Техника безопасности на уроках ОБЖ. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их классификация
2.	Опасности аварий и катастроф
3.	Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах
4.	Общие сведения о пожаре, взрыве
5.	Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах. Пожары и паника
6.	Классификация пожаров.
7.	Опасные факторы пожаров и поражающие факторы взрывов.
8.	Причины пожаров и взрывов и их последствия.
9.	Аварии с выбросом аварийно-химически опасных веществ. Виды аварий.
10.	АХОВ их виды. Поражающие действия АХОВ на организм человека.
11.	Причины и последствия аварий на предприятиях, с выбросом АХОВ.
12.	Аварии с выбросом радиоактивных веществ.
13.	Поражающее действие радиации на организм человека.
14.	Виды аварий на радиационно-опасных объектах.
15.	Гидродинамические аварии. Нарушение экологического равновесия.
16.	Виды аварий на гидродинамических объектах. Правила поведения во время гидродинамической аварии.
17.	Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи
18.	Воздействие химических веществ на человека
19.	Первая медицинская помощь при поражении аварийно-химически опасными веществами удушающего действия
20.	Первая медицинская помощь при поражении удушающими и нейротропными аварийно-химически опасными веществами
21.	Первая медицинская помощь при отравлении солями тяжелых металлов и мышьяка
22.	Первая медицинская помощь при ожогах химическими веществами
23.	Первая медицинская помощь при бытовых отравлениях
24.	Первая медицинская помощь при отравлении минеральными удобрениями
25.	Основы здорового образа жизни
26.	Здоровье человека.
27.	Режим дня.
28.	Правила использования факторов окружающей среды для закаливания организма. Закаливание.
29.	Основы здорового образа жизни: движение, физическая культура и спорт.
30.	Индивидуальное здоровье человека, его физическая и духовная сущность.
31.	Здоровый образ жизни и безопасность – основные составляющие здоровья.
32.	Отработка практических действий в ЧС
33.	Повторение и систематизация знаний по теме «Чрезвычайные ситуации»
34.	Итоговое повторение

## 9 класс

№ п/п	Тема урока
1	Техника безопасности на уроках ОБЖ. Правовые основы обеспечения безопасности. Порядок эвакуации из помещений школы.
2	Национальная безопасность Российской Федерации.
3	Гражданская оборона.
4	Организация Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)
5	Наркотизм как угроза национальной безопасности Российской Федерации.
6	Гражданская оборона как система мер по обеспечению национальной безопасности Российской Федерации.
7	Структура РСЧС.
8	Силы и средства Гражданской обороны.
9	Международное гуманитарное право.
10	Основные требования Международного гуманитарного права в отношении раненых и больных, пострадавших в военных конфликтах.
11	Защита жертв вооруженных конфликтов.
12	Безопасное поведение в криминогенных ситуациях.
13	Меры по профилактике травм в старшем школьном возрасте.
14	Первая медицинская помощь при травмах (ушибы, ссадины, раны).
15	Экстренная реанимационная помощь.
16	Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Повторение и уточнение порядка проведения реанимационных мероприятий.
17	Основы медицинских знаний и охрана здоровья детей и подростков. Практическая работа по проведению реанимации.
18	Меры по профилактике травм в старшем школьном возрасте.
19	Первая медицинская помощь при травмах (разрывы, переломы, травмы головы).
20	Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата (кости таза, позвоночник).
21	Первая медицинская помощь при кровотечениях.
22	Первая медицинская помощь при инфаркте, инсульте.
23	Практическая работа по оказанию первой помощи.
24	Практическая работа по оказанию реанимационной помощи.
25	Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни.
26	Средства индивидуальной защиты. Практическое занятие.
27	Средства индивидуальной защиты. Порядок эвакуации. Практическое занятие.
28	Физиологические и психологические особенности организма подростка.
29	Факторы, влияющие на здоровье человека. Гигиена пищи и воды. Гигиена жилища.
30	Факторы, угнетающие здоровье человека. Личная гигиена. Гигиена кожи. Алкоголизм.

31	Повторение. Безопасность в быту. Практические действия при пожаре.
32	Практические действия при угрозе химической или радиационной аварии.
33	Итоговое повторение