


Муниципальное образовательное учреждение
Семибратовская средняя общеобразовательная школа

Рассмотрена
Заседание МО протокол № 1
от «27» августа 2020 г.
Согласована
Руководитель МО
 /М.С. Моторова/
Согласована
Зам. директора по УВР
 /Г.А. Капралова/



Утверждена
Директор школы

/С.Д. Лысюк/

Приказ по школе № 91
от «28» августа 2020 г.

Рабочая программа

учебного предмета (курса) основы безопасности жизнедеятельности

ОБЖ в 8 а, в классе

Учитель: Новожилова Е.Г.

Пояснительная записка

В современном мире, опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера стали объективной реальностью в процессе жизнедеятельности каждого человека. Они несут угрозу его жизни и здоровью, наносят огромный ущерб окружающей природной среде и обществу. В настоящее время вопросы обеспечения безопасности стали одной из насущных потребностей каждого человека, общества и государства.

Анализ трагических последствий различных опасных и чрезвычайных ситуаций показывает, что более чем в 80% случаев причиной гибели людей является «человеческий фактор». Трагедия чаще всего происходит из-за несоблюдения человеком комплекса мер безопасности в различных жизненных ситуациях, в том числе и при угрозе совершения террористического акта, пренебрежение к соблюдению норм здорового образа жизни и установленных норм безопасного поведения в повседневной жизни (безопасность на дорогах, пожарная безопасность, безопасность в быту и др.).

По мнению специалистов МЧС России, «человеческий фактор» в настоящее время является, если не главным, то определяющим в деле обеспечения личной безопасности каждого человека и национальной безопасности России. При этом роль человека в обеспечении личной безопасности и национальной безопасности России постоянно возрастает. Обстановка, складывающаяся в стране в области безопасности, настоятельно требует пересмотра системы подготовки подрастающего поколения россиян в области безопасности жизнедеятельности на основе комплексного подхода к формированию у них современного уровня культуры безопасности. Такой подход будет способствовать снижению отрицательного влияния «человеческого фактора» на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, связанных с различными опасными и чрезвычайными ситуациями, в том числе с терроризмом, наркотизмом и военными угрозами.

Под культурой безопасности жизнедеятельности следует понимать способ организации деятельности человека, представленный в системе социальных норм, убеждений, ценностей, обеспечивающих сохранение его жизни, здоровья и целостности окружающего мира. Формирование современного уровня культуры безопасности является общешкольной задачей, так как изучение всех школьных предметов вносит свой вклад в формирование современного уровня культуры безопасности, но при этом ключевая роль принадлежит предмету «Основы безопасности жизнедеятельности». Предмет ОБЖ реализует подготовку учащихся к безопасной жизнедеятельности в реальной окружающей их среде – природной, техногенной и социальной.

Рабочая программа определяет объем, порядок, содержание изучения и преподавания учебного предмета «ОБЖ» с учетом особенностей учебного процесса образовательного учреждения и контингента обучающихся МОУ Семибратовская СОШ. Программа по учебному предмету «ОБЖ» позволяет всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, последовательности изучения школьного материала, а также путях достижения личностных, метапредметных и предметных результатов освоения основной образовательной программы учащимися средствами данного учебного предмета.

Рабочая программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» составлена в соответствии с требованиями Федерального Государственного образовательного стандарта основного общего образования, примерной программы по «Основам безопасности жизнедеятельности», с учётом авторской программы А.Т.Смирнова («Основы безопасности жизнедеятельности» предметная линия учебников под редакцией А.Т. Смирнова 5-9 классы: - Москва «Просвещение 2017-19»).

Цели обучения с учетом специфики учебного предмета:

- **воспитание** ответственного отношения к окружающей природной среде, к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности, к безопасности личности, общества и государства;

- **развитие** личностных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного, социального и военного характера; развитие потребности соблюдать нормы здорового образа жизни; подготовку к выполнению требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;
- **освоение** знаний: об опасных и чрезвычайных ситуациях, о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- **овладение** умениями: предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и разрабатывать план своих действий в конкретной опасной ситуации с учётом реальной обстановки и своих возможностей, психологическая подготовка при возникновении опасных ситуаций в автономных условиях существования, умение правильно действовать в условиях активного отдыха на природе.

Конкретизация цели обучения с учетом образовательного учреждения:

Воспитание личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества.

Задачи обучения:

- воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде, к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности, к безопасности личности, общества и государства;
- развитие личностных и духовных качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного, социального и военного характера; развитие потребности соблюдать нормы здорового образа жизни; подготовку к выполнению требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;
- освоение знаний; об опасных и чрезвычайных ситуациях, о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуациях; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- овладения умениями: предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и разрабатывать план своих действий в конкретной опасной ситуации с учетом реальной обстановки и своих возможностей.

Общая характеристика учебного предмета.

«Основы безопасности жизнедеятельности 8 класс» – продолжение систематического курса учебной дисциплины. При изучении этого курса продолжается обучение культуре безопасности жизнедеятельности; учащиеся овладевают новыми представлениями и понятиями, а также приобретают умения использовать различные источники информации. Большое внимание уделяется изучению ЧС техногенного характера, кроме этого продолжается изучение вопросов ведения ЗОЖ и оказания первой помощи.

Рабочая программа полностью соответствует «Федеральному государственному образовательному стандарту» (ФГОС ООО) и составлена на основе примерной программы основного общего образования по основам безопасности жизнедеятельности 5-9 классы.

Материал курса сгруппирован в два модуля, представленных 4-мя разделами (1, 2, 4, 5). Первый модуль «Основы безопасности личности, общества и государства» состоит из двух разделов.

Первый тематический раздел – «Основы комплексной безопасности» – включает в себя изучение основных ЧС техногенного характера и действиям при их возникновении.

Во втором разделе «Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций» изучаются основные мероприятия, проводимые в РФ, по обеспечению радиационной безопасности населения, химической защите, защите от последствий аварий на взрывопожароопасных объектах и гидротехнических сооружениях.

Второй модуль «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» представлен 2 разделами.

Четвертый раздел – «Основы здорового образа жизни» – знакомит учащихся с видами здоровья человека, критериями его оценки и правилами ведения ЗОЖ, а также с профилактикой употребления ПАВ.

Пятый раздел – «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» – призван, на практике, обучить ребят оказывать самопомощь и первую помощь пострадавшим при неотложных состояниях.

Отбор учебного материала

Содержание рабочей программы по ОБЖ для основной школы осуществляется с опорой на фундаментальное ядро содержания общего образования с учетом целей предмета, его места в системе школьного образования, возрастных потребностей и познавательных возможностей учащихся 5—9 классов, особенностей данного этапа их социализации, ресурса учебного времени, отводимого на изучение предмета. Программа предусматривает использование учебников «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 5, 6, 7, 8, 9 классов общеобразовательных учреждений/ А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под общ. ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2017 -2020.

Реализация рабочей программы осуществляется с использованием учебно-методического комплекта:

- Учебник Основы безопасности жизнедеятельности 8 класс, под редакцией А.Т. Смирнова Москва «Просвещение» 2019
- Электронные пособия: «уроки ОБЖ 8 класс», «тесты по ОБЖ для 8 класса», «учебник спасателя», «краткая энциклопедия ЧС», «справочник МЧС», «ОБЖ 5-11 классы», «видеофильмы о деятельности МЧС», энциклопедия «Основы безопасности жизнедеятельности», мультимедийный CD-ROM диск «Учебник ОБЖ 10 класс», рекомендованный Департаментом образования Администрации Ярославской области.

Место предмета в учебном плане

На изучение курса Основы безопасности жизнедеятельности в 8 классе отводится 34ч. (в соответствии с графиком работы образовательного учреждения в 2020/2021 учебном году - 34 учебные недели по 1 ч в неделю).

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Ценность жизни – признание человеческой жизни и существования живого в природе в целом как величайшей ценности, как основы для подлинного экологического сознания.

Ценность природы основывается на общечеловеческой ценности жизни, на осознании себя частью природного мира – частью живой и неживой природы. Любовь к природе обозначает, прежде всего бережное отношение к ней как к среде обитания и выживания человека, а также переживание чувства красоты, гармонии, её совершенства, сохранение и приумножение её богатства.

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физическом, психическом и социально-нравственном здоровье.

Ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви.

Ценность истины – это ценность научного познания как части культуры человечества, разума, понимания сущности бытия, мироздания.

Ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребёнка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек.

Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям.

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность человечества – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДАННОЙ ПРОГРАММЫ.

Личностные результаты

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 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 многообразном мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;

- 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;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- 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 учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметные результаты

- 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;
 - формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
 - понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
 - 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 образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курения и нанесение иного вреда здоровью;
 - формирование антиэкстремистской и антитеррористической 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 и их последствия для личности, общества и государства;
 - знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
 - умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Структура курса и последовательность предъявления материала.

За основу проектирования структуры и содержания программы принят модульный принцип ее построения и комплексный подход к наполнению содержания для формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, индивидуальной системы здорового образа жизни и антитеррористического поведения.

Модульный принцип позволяет:

- эффективнее организовать учебно-воспитательный процесс в области безопасности жизнедеятельности в различных регионах России с учетом их реальных особенностей в области безопасности, а также более полно использовать межпредметные связи при изучении тематики ОБЖ;
- структурировать содержание рабочей программы.

Структурные компоненты программы представлены в двух учебных модулях, охватывающих весь объем содержания, определенный для основной школы в области безопасности жизнедеятельности. Каждый модуль содержит два раздела и шесть тем. При этом количество тем может варьироваться в зависимости от потребностей регионов в объеме определенного учебного времени.

Содержание программы по ОБЖ 8 класс.

МОДУЛЬ I. Основы безопасности личности, общества и государства (22 ч)

РАЗДЕЛ 1. Основы комплексной безопасности (15 ч)

Пожарная безопасность (3 ч)

Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и последствия. Значение огня в жизнедеятельности человека. Пожары в жилом секторе и их последствия. Основные причины возникновения пожаров в жилом секторе. Правила поведения на пожаре. Эвакуация при пожаре.

Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения. Значение профилактики пожаров. Основные направления деятельности человека по обеспечению пожарной безопасности. Защита населения Российской Федерации от пожаров. Использование средств пожаротушения.

Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности. Обеспечение личной безопасности при пожарах. Основные права граждан в области пожарной безопасности. Обязанности граждан в области пожарной безопасности. Ответственность граждан за нарушение требований пожарной безопасности.

Безопасность на дорогах (3 ч)

Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизма людей. Дорожно-транспортные происшествия (ДТП) и их последствия. Основные причины ДТП. Опасные ситуации на дороге, транспорте. Основные направления деятельности государства в области безопасности на дорогах.

Организация дорожного движения, обязанности пешеходов и пассажиров. Организация дорожного движения. Обязанности пешехода. Обязанности пассажира. Оценивание обстановки, складывающейся на улицах, дорогах.

Велосипедист – водитель транспортного средства. Роль водителя транспортного средства в обеспечении безопасности дорожного движения. Велосипедист – водитель транспортного средства. Обязанности по безопасности велосипедиста. ПДД.

Безопасность на водоемах (2 ч) Безопасное поведение на водоемах в различных условиях.

Безопасный отдых на водоемах. Значение воды в жизнедеятельности человека, безопасность на воде, опасные ситуации. Рекомендации специалистов МЧС России по правилам безопасного поведения на воде. Правила безопасного купания в различных водоемах. Водные походы и обеспечение безопасности на воде. Возможные аварийные ситуации во время водных походов и правила безопасного поведения при них. Безопасное поведение в природных условиях: ориентирование на местности, добывание огня, воды и пищи, сооружение укрытия.

Экология и безопасность (2 ч)

Загрязнение окружающей среды и здоровье человека. Влияние жизнедеятельности человека на загрязнение окружающей среды. Загрязнение атмосферы, почв и природных вод в результате жизнедеятельности человека. Предельно допустимые концентрации (ПДК) вредных веществ, бытовые приборы контроля окружающей среды и продуктов питания. Влияние последствий от загрязнения окружающей природной среды на здоровье человека.

Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке. Расширение возможностей организма человека противостоять опасным факторам окружающей среды. Формирование потребности в сохранении окружающей природной среды. Снижение вредного воздействия на организм человека неблагоприятных факторов окружающей среды.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их возможные последствия (5 ч)

Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Причины возникновения чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Объекты экономики, возникновение на которых производственных аварий может привести к чрезвычайным ситуациям техногенного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Ситуации криминогенного характера, меры предосторожности и правила поведения. Элементарные способы самозащиты

Аварии на радиационно опасных объектах и их возможные последствия. Радиационно опасные объекты. Возможные последствия аварии на радиационно опасных объектах. Влияние ионизирующего излучения на организм человека. Меры предосторожности при угрозе совершения террористического акта

Аварии на химически опасных объектах и их возможные последствия. Опасные химические вещества и аварийно химически опасные вещества. Химически опасные объекты. Химическая авария и ее возможные последствия.

Пожары и взрывы на взрывопожароопасных объектах экономики и их возможные последствия. Взрыво- и пожароопасные объекты. Последствия аварий на взрыво- и пожароопасных объектах. Основные причины аварий на взрыво- и пожароопасных объектах.

Аварии на гидротехнических сооружениях. Гидротехнические сооружения и их предназначение. Гидродинамические аварии и причины их возникновения. Возможные последствия гидродинамических аварий. Чрезвычайные ситуации природного характера и поведение в случае их возникновения

РАЗДЕЛ 3. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (7 ч)

Обеспечение защиты населения от чрезвычайных ситуаций (4 ч)

Обеспечение радиационной безопасности населения. Использование СИЗ: домашней медицинской аптечки, ватно-марлевой повязки. Развитие ядерной энергетики и обеспечение радиационной безопасности. Нормы радиационной безопасности, установленные на территории России. Рекомендации специалистов МЧС России по правилам поведения населения, проживающего в непосредственной близости от радиационно-опасных объектов.

Обеспечение химической защиты населения. Использование противогаза, респиратора. Общие мероприятия по защите населения от химических аварий. Средства индивидуальной защиты и их защитные свойства. Рекомендации специалистов МЧС России по правилам безопасного поведения при химических авариях.

Обеспечение защиты населения от последствий аварий на взрывопожароопасных объектах. Общие меры по защите населения от последствий аварий на взрывопожароопасных объектах. Мероприятия по повышению уровня безопасности функционирования взрыво- и пожароопасных объектов. Рекомендации специалистов МЧС России по обеспечению безопасности персонала объектов и населения, проживающего вблизи взрыво- и пожароопасных объектов.

Обеспечение защиты населения от последствий аварий на гидродинамических сооружениях. Мероприятия по профилактике возникновения гидродинамических аварий. Мероприятия по ликвидации последствий гидродинамических аварий. Рекомендации специалистов МЧС России по безопасному поведению населения в случае возникновения гидродинамических аварий.

Организация защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций техногенного характера (3 ч)

Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Федеральная автоматизированная система централизованного оповещения. Региональные и территориальные автоматизированные системы централизованного оповещения. Локальная система оповещения.

Эвакуация населения. Эвакуация. Особенности организации эвакуации. Размещение эвакуированного населения. Опасные ситуации и меры предосторожности в местах большого скопления людей (в толпе, местах проведения массовых мероприятий, на стадионах).

Мероприятия по инженерной защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Общие мероприятия по инженерной защите населения в условиях чрезвычайной ситуации техногенного характера. Защитные сооружения гражданской обороны и их предназначение. Правила поведения укрываемых в защитных сооружениях гражданской обороны.

МОДУЛЬ II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (12 ч)

РАЗДЕЛ 4. Основы здорового образа жизни (8 ч)

Здоровый образ жизни и его составляющие (8 ч)

Здоровье как основная ценность человека. Здоровье человека и основные показатели, характеризующие его уровень. Определение здоровья. Здоровье человека как индивидуальная и общественная ценность.

Индивидуальное здоровье человека, его физическая, духовная и социальная сущность. Основные составляющие индивидуального здоровья человека. Элементы образа жизни человека, обеспечивающие его духовное, физическое и социальное благополучие. Ведущие факторы, оказывающие влияние на здоровье человека.

Репродуктивное здоровье – составляющая здоровья человека и общества. Понятие «репродуктивное здоровье». Семья в современном обществе и ее функции. Влияние семьи на репродуктивное здоровье и демографическую ситуацию в стране.

Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, способствующая укреплению и сохранению здоровья. Основные факторы, оказывающие влияние на здоровье человека. Основные направления формирования индивидуальной системы здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний. Основные неинфекционные заболевания и их влияние на состояние здоровья человека. Основные причины возникновения неинфекционных заболеваний. Основные меры профилактики неинфекционных заболеваний.

Вредные привычки и их влияние на здоровье. Общие понятия о вредных привычках. Биологический механизм формирования наркомании. Последствия вредных привычек.

Профилактика вредных привычек. Нормативно-правовая база по профилактике наркомании. Три основополагающие истины для профилактики наркомании. Четыре правила «Нет наркотикам!»

Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности. Человеческий фактор и его влияние на безопасность жизнедеятельности. Общие понятия о культуре безопасности жизнедеятельности. Уровень культуры безопасности жизнедеятельности как критерий определения уровня здоровья и безопасности.

РАЗДЕЛ 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (4 ч)

Первая помощь при неотложных состояниях (4 ч)

Первая помощь пострадавшим и ее значение. Первая помощь и ее предназначение. Общие правила оказания первой помощи. Средства, используемые при оказании первой помощи. Первая помощь при укусах насекомых и змей.

Первая помощь при отравлениях аварийно химически опасными веществами , ожогах, отморожении. Правила оказания первой помощи при отравлении наиболее распространенными аварийно химически опасными веществами – аммиаком и хлором. Виды отравлений: пищевое, лекарственными препаратами, алкоголем, угарным газом.

Первая помощь при травмах, кровотечениях, ушибах. Правила оказания первой помощи при переломах, вывихах, растяжениях и разрывов связок.

Первая помощь при утоплении. Правила оказания первой помощи при утоплении. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе

Примечание:

Учебный год по программе «Основы безопасности жизнедеятельности» завершается проведением «Дня защиты детей» предусмотренного планом работы МОУ Семибратовская СОШ.

Учебно-методическая литература

- Комплексная программа 5 – 11 классы/А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников; под общей ред. А.Т.Смирнова. – М.: Просвещение, 2018 г.
- Пособие для учителя «Обучение правилам дорожного движения. 5-9 классы».
- Пособие для учителя «Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 5-11 классы».
- Пособие для учителя «Основы безопасности жизнедеятельности. Поурочные разработки.5-9 классы».
- Сборник заданий для проведения экзамена по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» в 9 классе.
- Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 5 кл., 6 кл., 7 кл., 8 кл., 9 кл. общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под общ. ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2017-2020.

Календарно-тематическое планирование по ОБЖ в 8 классе.

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства.

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания	Характеристика видов деятельности учащихся	Дата проведения урока	Факт	Домашнее задание
Раздел 1. Основы комплексной безопасности							
Тема 1. Пожарная безопасность (3 ч)							
Урок 1	Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и последствия. <i>Правила поведения на пожаре. Эвакуация при пожаре. (практическое занятие)</i>	1	Значение огня в жизнедеятельности человека, пожары в жилом секторе и их последствия, основные причины возникновения пожаров в жилом секторе. Правила поведения при пожаре. План эвакуации. Способы и правила эвакуации из горящих зданий. Эвакуация при пожаре в школе.(практич. занятие)	Анализируют причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Запоминают права и обязанности граждан в области пожарной безопасности в быту. Выбирают правильный алгоритм безопасного поведения при пожаре, в том числе наиболее эффективные способы предотвращения возгорания, оказания помощи младшим, престарелым и т.д.			§1.1
Урок 2	Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения. <i>Использование средств пожаротушения.</i>	1	Значение профилактики пожаров, основные направления деятельности человека по обеспечению пожарной безопасности,				§1.2

			защита населения Российской Федерации от пожаров. Средства пожаротушения, правила их использования. Действия при возгорании газовых и электроприборов, используемых в быту, и в случае, если на человеке загорелась одежда. Меры пожарной безопасности. Основные правила пользования бытовыми приборами, инструментами, компьютерами и т.д.	Характеризуют основные мероприятия, проводимые МЧС России, по совершенствованию пожарной безопасности в стране. Изучают способы защиты от поражающих факторов пожара; правила безопасного поведения при пожаре; средства пожаротушения и правила их использования;			
Урок 3	Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности. Обеспечение личной безопасности при пожарах.	1	Основные права граждан в области пожарной безопасности, обязанности граждан в области пожарной безопасности, ответственность граждан за нарушение требований пожарной безопасности	действия при возгорании электроприборов, используемых в быту, и в случае, если на человеке загорелась одежда; способы и правила эвакуации из горящих зданий. Овладевают навыками поведения при пожаре и использования средств пожаротушения.			§1.3
Тема 2. Безопасность на дорогах (3 ч)							
Урок 4	Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизма людей. <i>Опасные ситуации на дороге, транспорте.</i>	1	ДТП и их последствия; основные причины ДТП; основные направления деятельности государства в области безопасности на дорогах	Анализируют причины ДТП. Повторяют правила дорожного движения, запоминают дорожные знаки. Запоминают			§2.1
Урок 5	Организация дорожного движения, обязанности пешеходов и пассажиров	1	Организация дорожного движения; обязанности пешеходов, ПДД;	правильные алгоритмы безопасного поведения на дорогах пешехода,			§2.2

			обязанности пассажиров, поведение пассажиров в общественном транспорте	пассажира, водителя велосипеда. Изучают правила безопасного поведения пешеходов на улице и дороге (проезжей части), правила безопасного поведения при езде на велосипеде и скутере, возможную ответственность за нарушение правил дорожного движения. Анализируют места в своем населенном пункте, где чаще всего встречаются велосипедисты и определяют безопасные для езды на велосипеде места. Отрабатывают правила безопасного поведения пешеходов на улице и дороге (проезжей части), правила безопасного поведения при езде на велосипеде			
Урок 6	Велосипедист – водитель транспортного средства. ПДД.	1	Роль водителя транспортного средства в обеспечении безопасности дорожного движения; велосипедист – водитель транспортного средства; обязанности по безопасности велосипедиста Правила безопасного поведения при езде на велосипеде. Понятие о дорожно-транспортном происшествии и его основных причинах. Средства индивидуальной защиты велосипедиста				§2.3
Тема 3. Безопасность на водоемах (2 ч)							
Урок 7	Безопасное поведение на водоемах в различных условиях, <i>опасные ситуации</i> . Безопасный отдых на водоемах.	1	Значение воды в жизнедеятельности человека, безопасность на воде; рекомендации специалистов МЧС России по правилам безопасного поведения на воде Правила безопасности купания в различных	Характеризуют состояние водоемов в различное время года. Объясняют правила безопасного поведения на водоемах. Сравнивают способы обеззараживания воды. Объясняют правила			§3.1 §3.2

			водоемах; водные походы и обеспечение безопасности на воде; возможные аварийные ситуации во время водных походов и правила безопасного поведения при них. Правила и меры безопасности при выходе и движении по льду водоемов. Средства спасения на воде. Правила спасения тонущего человека, в том числе из полыньи.	безопасного поведения на воде. Отрабатывают в паре правила само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде. Изучают правила и меры безопасности при выходе и движении по льду водоемов, правила спасения тонущего человека, в том числе из полыньи. Овладевают правилами безопасного			
Урок 8	Оказание помощи терпящим бедствие на воде. <i>Безопасное поведение в природных условиях: ориентирование на местности, добывание огня, воды и пищи, сооружение укрытия.</i>	1	Общие рекомендации по оказанию помощи терпящим бедствие на воде, утопающим; освобождение от захватов; способы транспортировки пострадавшего. Использование подручных средств для спасения на воде. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. Виды и способы подачи сигналов бедствия и ответы на них. Виды и способы подачи сигналов бедствия и ответы на них. Основные элементы ориентирования на местности; Сооружение временного укрытия из подручных средств; способы добывания огня; способы обеспечения питьевой водой	поведения на воде в различных климатических условиях. Анализируют возможные происшествия на воде, определяют их причины и делают выводы, какие меры нужно соблюдать, чтобы их избежать. Объясняют правила и методы по формированию навыков для безопасного существования в природной среде. Характеризуют основные способы подачи сигналов бедствия. Сигналы МКС, сигналы подаваемые жестами. Вырабатывают навыки работы с компасом, с картой.			§3.3

			и пищей, сигналы бедствия.			
Тема 4. Экология и безопасность (2 ч)						
Урок 9	Загрязнение окружающей природной среды и здоровье человека. <i>Предельно допустимые концентрации (ПДК) вредных веществ, бытовые приборы контроля окружающей среды и продуктов питания.</i>	1	Влияние жизнедеятельности человека на загрязнение окружающей среды; загрязнение атмосферы, почв, и природных вод в результате жизнедеятельности человека; предельно допустимые концентрации (ПДК) вредных веществ в атмосфере, почве, воде; влияние последствий от загрязнения окружающей природной среды на здоровье человека. Мероприятия по защите и охране окружающей среды. Бережное отношение к природе - экологическое проектирование. Экологический контроль. Уголовная ответственность за экологические преступления. Краткая характеристика экологической обстановки в регионе.	Запоминают приемы по защите личного здоровья в местах с неблагоприятной экологической обстановкой. Знакомятся с понятиями «экология», «экологическая безопасность», «экологическая система», «экологический кризис», «экологическая катастрофа», «экологический контроль». Изучают влияние деятельности человека на окружающую среду, источники загрязнения биосферы, мероприятия по защите и охране окружающей среды. Знакомятся с видами ответственности за экологические преступления.		§4.1
Урок 10	Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке.	1	Расширение возможностей организма человека противостоять опасным факторам окружающей среды; формирование потребности в сохранении окружающей природной среды; снижение вредного воздействия на организм	Анализируют экологическую ситуацию в своем регионе (населенном пункте) и делают выводы о ее состоянии.		§4.2

			человека неблагоприятных факторов окружающей среды; меры безопасности при пребывании человека на территории с неблагоприятными экологическими факторами.				
Тема 5. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их возможные последствия (5 ч)							
Урок 11	Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. <i>Ситуации криминогенного характера, меры предосторожности и правила поведения. Элементарные способы самозащиты.</i>	1	Причины возникновения чрезвычайных ситуаций техногенного характера; объекты экономики, возникновение на которых производственных аварий может привести к чрезвычайным ситуациям техногенного характера; классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Поведение в случае возникновения чрезвычайной ситуации техногенного характера. Правила поведения и меры предосторожности при ситуации криминогенного характера, способы самозащиты	Характеризуют причины возникновения чрезвычайных ситуаций техногенного характера и их возможные последствия по масштабу распространения. Различают чрезвычайные ситуации техногенного характера в соответствии с их классификацией. Составляют алгоритм своего поведения во характерной чрезвычайной ситуации техногенного характера возможной в регионе своего проживания. Анализируют расположение			§5.1
Урок 12	Аварии на радиационно опасных объектах и их возможные последствия <i>Меры предосторожности при угрозе совершения террористического акта</i>	1	Радиационно опасные объекты; возможные последствия аварии на радиационно опасном объекте; влияние ионизирующего излучения на организм человека. Поведение при похищении или захвате в качестве	потенциально опасных объектов в районе проживания и степень исходящих от них опасностей. Анализируют ситуации при угрозе теракта, поведение при похищении или захвате в			§5.2

			заложника.	качестве заложника.			
Урок 13	Аварии на химически опасных объектах и их возможные последствия	1	Опасные химические вещества и аварийно химически опасные вещества; химически опасные объекты; химическая авария и ее возможные последствия. Правила пользования средствами бытовой химии.				§5.3
Урок 14	Пожары и взрывы на взрывопожароопасных объектах экономики и их возможные последствия	1	Взрыво- и пожароопасные объекты; последствия аварий на взрыво- и пожароопасных объектах; основные причины аварий на взрыво- и пожароопасных объектах				§5.4
Урок 15	Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия <i>Чрезвычайные ситуации природного характера и поведение в случае их возникновения</i>	1	Гидротехнические сооружения и их предназначение; гидродинамические аварии и причины их возникновения; возможные последствия гидродинамических аварий. Поведение в случае возникновения чрезвычайных ситуаций природного характера.				§5.5
Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций							
Тема 6. Обеспечение защиты населения от чрезвычайных ситуаций (4 ч)							
Урок 16	Обеспечение радиационной безопасности населения. <i>Использование СИЗ: домашней медицинской аптечки, ватно-марлевой повязки</i>	1	Развитие ядерной энергетики и обеспечение радиационной безопасности; нормы радиационной безопасности, установленные на территории России; рекомендации специалистов МЧС России по правилам	Характеризуют основные мероприятия проводимые в РФ по обеспечению радиационной безопасности населения, его химической защите и защите от последствий			§6.1

			поведения населения, проживающего в близи от радиационно опасных объектов; правила использования средств индивидуальной защиты медицинской аптечки, ватно-марлевой повязки	аварий на взрывопожароопасных объектах и гидротехнических сооружениях. Анализируют рекомендации специалистов по			
Урок 17	Обеспечение химической защиты населения. <i>Использование противогаза, респиратора.</i>	1	Общие мероприятия по защите населения от химических аварий; средства индивидуальной защиты и их защитные свойства; рекомендации специалистов МЧС России по правилам безопасного поведения при химических авариях	правилам безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Отрабатывают в паре (группе) правила безопасного поведения в условиях различных чрезвычайных ситуаций			§6.2
Урок 18	Обеспечение защиты населения от последствий аварий на взрывопожароопасных объектах	1	Общие меры по защите населения от последствий аварий на взрыво- и пожароопасных объектах; мероприятия по повышению уровня безопасности функционирования взрыво- и пожароопасных объектов; рекомендации специалистов МЧС России по обеспечению безопасности персонала объектов и населения, проживающего вблизи взрыво- и пожароопасных объектов	техногенного характера, природного.			§6.3
Урок 19	Обеспечение защиты населения от последствий аварий на гидротехнических сооружениях	1	Мероприятия по профилактике возникновения гидродинамических аварий; мероприятия по ликвидации последствий				§6.4

			гидродинамических аварий; рекомендации специалистов МЧС России по безопасному поведению населения в случае возникновения гидродинамических аварий. Чрезвычайные ситуации природного характера и поведение в случае их возникновения.				
Тема 7. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера (3 ч)							
Урок 20	Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера	1	Федеральная автоматизированная система централизованного оповещения; региональные и территориальные автоматизированные системы централизованного оповещения; локальная система оповещения. Действия по сигналу «Внимание всем!» и сопровождающей речевой информации	Объясняют порядок оповещения населения и организацию его эвакуации (в комплексе с другими мероприятиями) в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Характеризуют основные мероприятия проводимые в стране, по инженерной защите населения (укрытие людей в защитных сооружениях гражданской обороны и др.). Анализируют безопасное поведение в местах большого скопления людей			§7.1
Урок 21	Эвакуация населения <i>Опасные ситуации и меры предосторожности в местах большого скопления людей (в толпе, местах проведения массовых мероприятий, на стадионах).</i>	1	Эвакуация; особенности организации эвакуации; размещение эвакуированного населения. Средства коллективной защиты и правила пользования ими. Безопасное поведение в местах большого скопления людей (в толпе, местах проведения массовых мероприятий, на стадионах).				§7.2
Урок	Мероприятия по инженерной защите	1	Средства коллективной				§7.3

22	населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера		защиты. Общие мероприятия по инженерной защите населения в условиях чрезвычайной ситуации техногенного характера; защитные сооружения гражданской обороны и их предназначение; правила поведения укрываемых в защитных сооружениях гражданской обороны				
----	---	--	--	--	--	--	--

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел 4. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни							
Тема 8. Здоровый образ жизни и его составляющие (8 ч)							
Урок 23	Общие понятия о здоровье как основной ценности человека	1	Здоровье человека и основные показатели, характеризующие его уровень; определение здоровья; здоровье человека как индивидуальная и общественная ценность	Характеризуют особенности индивидуального здоровья, его духовную, физическую и социальную составляющие. Объясняют общие понятия о репродуктивном здоровье как общей составляющей здоровья человека и общества. Обосновывают значение здорового образа жизни для сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Анализируют собственные поступки			§8.1
Урок 24	Индивидуальное здоровье человека, его физическая, духовная и социальная сущность	1	Основные составляющие индивидуального здоровья человека; некоторые элементы образа жизни, обеспечивающие его физическое, духовное и социальное благополучие; ведущие факторы, оказывающие влияние на здоровье человека				§8.2
Урок 25	Репродуктивное здоровье – составляющая здоровья человека и общества	1	Репродуктивное здоровье; семья в современном обществе и ее функции; влияние семьи на репродуктивное здоровье и демографическую ситуацию				§8.3

			в стране	и их влияние на личное благополучие. Формулируют правила соблюдения норм здорового образа жизни для профилактики неинфекционных заболеваний и вредных привычек.		
Урок 26	Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества	1	Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, способствующая укреплению и сохранению здоровья; основные факторы, влияющие на здоровье человека; основные направления формирования индивидуальной системы здорового образа жизни		§8.4	
Урок 27	Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний	1	Основные неинфекционные заболевания и их влияние на здоровье человека; основные причины возникновения неинфекционных заболеваний; общие меры профилактики неинфекционных заболеваний		§8.5	
Урок 28	Вредные привычки и их влияние на здоровье	1	Общие понятия о вредных привычках; биологический механизм формирования наркомании; последствия вредных привычек		§8.6	
Урок 29	Профилактика вредных привычек	1	Нормативно-правовая база по профилактике наркомании; три основополагающие истины для профилактики наркомании; 4 правила «Нет наркотикам!»		§8.7	
Урок 30	Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности	1	Человеческий фактор и его влияние на безопасность жизнедеятельности; общие понятия о культуре безопасности		§8.8	

			жизнедеятельности; уровень культуры безопасности жизнедеятельности как критерий определения уровня здоровья и безопасности				
Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи							
Тема 9. Первая помощь при неотложных состояниях (4 ч)							
Урок 31	Первая помощь пострадавшим и её значение. <i>Первая помощь при укусах насекомых и змей.</i>	1	Первая медицинская помощь и её предназначение, общие правила оказания первой медицинской помощи, средства, используемые при оказании первой медицинской помощи Кровососущие насекомые и средства защиты от них; жалящие насекомые и защита от них; Змеи, места обитания и защита от них. Клещевой энцефалит – опасное вирусное заболевание; места обитания клещей и пути заражения клещевым энцефалитом; профилактика клещевого энцефалита.	Запоминают насекомых, клещей и змей, обитающих в регионе проживания. Объясняют, какая опасность возникает при встрече с ними. Анализируют способы защиты. Анализируют меры профилактики клещевого энцефалита, способы удаления клеща. Анализируют возможные последствия неотложных состояний и значение своевременного оказания первой помощи.			§9.1
Урок 32	Первая помощь при отравлениях аварийно химически опасными веществами, <i>ожогах, отморожении</i>	1	Аварийно химически опасные вещества (АХОВ), признаки отравления аммиаком и хлором, первая помощь при отравлении аммиаком и хлором. Виды отравлений: пищевое, лекарственными препаратами, алкоголем, угарным газом. Отморожении, ожогах	Отрабатывают в паре приемы оказания первой помощи при отравлениях АХОВ, при травмах, при утоплении. Осваивают способы остановки			§9.2

Урок 33	Первая помощь при травмах, <i>кровотечениях, ушибах</i>	1	Травма, перелом, вывихи, растяжение и разрыв связок, растяжение мышц и сухожилий, первая помощь при травмах искусственное дыхание, непрямой массаж сердца. Виды кровотечений. Способы остановки артериального, венозного и капиллярного кровотечения Принципы и очередность оказания первой помощи. Общие понятия о травмах. Средства оказания первой помощи (домашняя и автомобильная аптечки). Действия при подозрении на внутреннее кровотечение. Оказание первой помощи при ушибах.	артериального и венозного кровотечения. Решают ситуационные задачи по оказанию первой помощи при попадании инородных тел в организм человека. Отрабатывают навыки действий при оказании первой помощи на тренажере «Александр» Отрабатывают технику выполнения ИВЛ и непрямого массажа сердца на тренажере «Александр»			§9.3
Урок 34	Первая помощь при утоплении. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе	1	Первая помощь при утоплении, искусственное дыхание, непрямой массаж сердца. Порядок оказания первой помощи. Оказание первой помощи при тепловом (солнечном) ударе.				§9.4
Всего часов :			34				

Требования к уровню подготовки восьмиклассников

В результате изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

ученик научится:

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести в криминогенных ситуациях: на улице, в подъезде, в лифте, в квартире, при карманной краже, при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода, велосипедиста, пассажира транспортного средства;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях;
- сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;

- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма,
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья;
- планировать распорядок дня с учётом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы Интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;

- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей;

получит возможность научиться:

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- готовиться к туристическим поездкам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- анализировать последствия проявления терроризма,
- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую,
- анализировать влияние вредных привычек и факторов на состояние своего здоровья;
- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и её влияние на здоровье человека;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- усваивать приёмы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

Список использованных источников

1. Акимов В. А. и др. Основы анализа и управления рисков в природной и техногенной сферах: Учеб. пособие в системе образования МЧС России и РСЧС.
2. Альтшулер В. М., Надеждин А. В. Наркомания: дорога в бездну: Кн. Для учителей и родителей. — М.: Просвещение, 2000.
3. Байер К., Шейнберг Л. Здоровый образ жизни / Пер. с англ. — М.: Мир, 1997.
4. 1997.
5. Баллинггер Э. Учебная гимнастика: Двигательные упражнения для успешной учебы в школе. — М.: Просвещение, 1996.
6. Большой энциклопедический словарь. — М.: Научное издательство «Большая Российская энциклопедия». — СПб.: Норинт, 1997.
7. Гражданская защита: Энцикл. словарь / [Ю. Л. Воробьев и др.; под общ. ред. С. К. Шойгу]. — М.: ДЭКС-ПРЕСС, 2005.
8. Здоровая семья / Пер. с англ. М. Г. Лунко, Д. А. Иванова.— М.: КронПресс, 1994.
9. Краткая медицинская энциклопедия: В 2 т. / Главный ред. академик РАМНВ. И. Покровский. — М.: Научно-практическое объединение «Медицинская энциклопедия»; Крон-Пресс, 1994.
10. Мардерфельд В. Л. 500 тестов по учебному курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: пособ. для учителя. — СПб.: Просвещение, 2004.
11. Мардерфельд В. Л. Раздаточные материалы по учебному курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: Пособ. для учителя. — М.: Просвещение, 2004.
12. Макеева А. Г. Все цвета, кроме черного: семейная профилактика наркотизма школьников: Кн. для родителей / А. Г. Макеева. — М.: Просвещение, 2005.
13. Макеева А. Г. Все цвета, кроме черного: педагогическая профилактика наркотизма школьников: Метод. пособие для учителя: 7—9 кл. / А. Г. Макеева. — М.: Просвещение, 2005.
14. Методические материалы и документы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: Кн. для учителя / Сост. А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин. — 2-изд. — М.: Просвещение, 2004.
15. Смирнов А. Т., Хренников. Основы безопасности жизнедеятельности: Учеб. Для 5 кл. — М.: Просвещение, 2019.

Методы, технологии и формы контроля.

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего образования являются:

- использование для познания окружающего мира различных методов наблюдения и моделирования;
- выделение характерных причинно-следственных связей;
- творческое решение учебных и практических задач;
- сравнение, сопоставление, классификация, ранжирование объектов по одному или нескольким предложенным основаниям, критериям;
- самостоятельное выполнение различных творческих работ, участие в проектной деятельности;
- использование для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, Интернет-ресурсы и другие базы данных;

- самостоятельная организация учебной деятельности; оценивание своего поведения, черт своего характера, своего физического и эмоционального состояния;
- соблюдение норм поведения в окружающей среде, правил здорового образа жизни;
- использование своих прав и выполнение своих обязанностей как гражданина, члена общества и учебного коллектива.

Формы занятий, используемые при обучении ОБЖ следующие:

- учебные и учебно-тренировочные занятия с элементами моделирования опасных и экстремальных ситуаций;
- индивидуальные консультации;
- внеклассная и внешкольная работа (участие в мероприятиях и соревнованиях в рамках детско-юношеского движения «Школа безопасности», проведение Дня защиты детей, различные эстафеты и викторины по ОБЖ, встречи с ветеранами войны и труда, работниками военкоматов и правоохранительных органов, органов ГОЧС, ГИБДД, медицины; тематические выставки и выставки творческих работ учащихся и др.

Формы контроля.

1. Тестовые задания (7- 15 мин).
2. Устный опрос (7-15 мин)
4. Контрольные работы (промежуточная и итоговая)

Текущий контроль проводится систематически на каждом уроке и позволяет выявить степень усвоения изученного учебного материала. Он проводится в форме решения ситуационных задач, индивидуального опроса, работы по карточкам. Также для этого используются контрольные вопросы, разработанные к каждому уроку. Большое внимание уделяется практическим работам. В конце изучения каждого блока предусмотрены проверочные работы, которые проводятся в форме тестирования.

Оценка устных ответов учащихся.

Отметка «5» ставится в том случае, если учащийся показывает верное понимание рассматриваемых вопросов, дает точные формулировки и истолкование основных понятий, строит ответ по собственному плану, сопровождает рассказ примерами, умеет применить знания в новой ситуации при выполнении практических заданий; может установить связь между изучаемым и ранее изученным материалом по курсу ОБЖ, а также с материалом, усвоенным при изучении других предметов.

Отметка «4» ставится, если ответ ученика удовлетворяет основным требованиям к ответу на оценку «5», но дан без использования собственного плана, новых примеров, без применения знаний в новой ситуации, без использования связей с ранее изученным материалом и материалом, усвоенным при изучении других предметов; если учащийся допустил одну ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно или с небольшой помощью учителя.

Отметка «3» ставится, если учащийся правильно понимает суть рассматриваемого вопроса, но в ответе имеются отдельные пробелы в усвоении вопросов курса ОБЖ, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; умеет применять полученные знания при решении простых задач с использованием стереотипных решений но затрудняется при решении задач, требующих более глубоких подходов в оценке явлений и событий; допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более двух-трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов; допустил четыре или пять недочетов.

Отметка «2» ставится, если учащийся не овладел основными знаниями и умениями в соответствии с требованиями программы и допустил больше ошибок и недочетов, чем необходимо для оценки 3.

При оценивании устных ответов учащихся целесообразно проведение поэлементного анализа ответа на основе программных требований к основным знаниям и умениям учащихся, а также структурных элементов некоторых видов знаний и умений, усвоение которых целесообразно считать обязательными результатами обучения.

Оценка письменных контрольных работ.

Отметка «5» ставится за работу, выполненную полностью без ошибок и недочетов.

Отметка «4» ставится за работу, выполненную полностью, но при наличии в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, не более трех недочетов.

Отметка «3» ставится, если ученик правильно выполнил не менее $\frac{2}{3}$ всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

Отметка «2» ставится, если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее $\frac{2}{3}$ всей работы.

Все тестовые задания оцениваются:

- правильный ответ – 1 балл;
- отсутствие ответа или неправильный ответ – 0 баллов

Критерии оценивания:

«2» - менее 25% правильных ответов.

«3» - от 25% до 50% правильных ответов.

«4» - от 50% до 75% правильных ответов.

«5» - от 75% и более правильных ответов

Контрольно – измерительные материалы

Итоговая контрольная работа по ОБЖ для 8 класса.

Тестовые задания разработаны в соответствии с содержанием обязательного минимума содержания основных образовательных программ по курсу ОБЖ и требований к уровню подготовки учащихся 8 класса. Уровень их сложности определен таким образом, чтобы на решение всех заданий участник смог затратить в общей сложности не более 90 минут.

- Часть А (не менее 20 вопросов), в которой учащемуся необходимо выбрать один правильный ответ из четырех предложенных. Каждый правильный ответ - 1 балл, отсутствие ответа или неправильный ответ – 0 баллов.
- Часть В (3 ситуации) представляет собой ситуационные задачи, определяющие порядок безопасного поведения человека в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. Каждая задача содержит пять рекомендаций по безопасному поведению с пропусками по тексту. Учащемуся необходимо заполнить пропущенные слова (фразы). Главное – передать смысл, который соответствует безопасному действию человека в определенной опасной и чрезвычайной ситуации. За каждое вставленное правильное слово (фразу) – 1 балл, в сумме 5 баллов за 1 ситуацию.
- Часть С (2 задания). Учащиеся должны письменно ответить на вопросы. Каждый правильный ответ по каждому заданию оценивается 1 баллом.

Таким образом, при правильных ответах по всем заданиям общее количество баллов составит:

- Часть А из 20-ти заданий – 20 баллов
- Часть В из 3-х заданий – 15 баллов
- Часть С из 2-х заданий – 15 баллов

Всего за ответы из 25 заданий можно набрать 50 баллов.

Задания части А.

При выполнении заданий с выбором ответа обведите кружком номер одного правильного ответа.

I. ПРАВИЛА ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ПОЖАРЕ.

1. Что такое пожар?
 1. Химическая реакция окисления, сопровождающаяся свечением и выделением большого количества тепла
 2. Неконтролируемое стихийно развивающееся горение, причиняющее материальный ущерб, вред жизни и здоровью людей.
 3. Частный случай горения, протекающий мгновенно, с кратковременным выделением значительным количеством тепла и света.
 4. Возгорание легковоспламеняющихся материалов.
2. В результате пожара на лестничной площадке загорелась входная дверь в вашу квартиру. Огонь отрезал путь к выходу. Что вы будете делать?

1. Уйдете в дальнюю комнату, плотно закрыв входную дверь мокрым одеялом.
 2. Попытаетесь выломать дверь и выскочить на лестничную площадку.
 3. Начнете кричать и звать на помощь соседей.
 4. Спрячетесь в ванной комнате.
3. Как нужно покинуть сильно задымленную квартиру?
1. Двигаться в полный рост.
 2. быстрым шагом или бегом.
 3. двигаться в полный рост, накинув на голову влажную ткань.
 4. Перемещаться ползком или низко пригнувшись к полу.
4. Во время движения в салоне автобуса начался пожар. Каковы ваши действия?
1. Не предупредив водителя, попытаетесь потушить огонь с помощью огнетушителя или накрыть верхней одеждой очаг возгорания.
 2. Разобьёте боковое окно транспортного средства.
 3. Предупредив водителя, попытаетесь по возможности потушить огонь с помощью огнетушителя, если он есть в салоне, или накрыть верхней одеждой очаг возгорания.
 4. Займете место в салоне подальше от места возгорания.

II. БЕЗОПАСНОСТЬ НА ДОРОГАХ

1. Можно ли на мопеде ездить по автомагистрали?

1. Да, на любой модели.
2. Нет.
3. Да, если группа составляет не менее 5 человек.
4. Да, если его техническая скорость больше 40 км/ч.

2. Каким лицам разрешено управлять мопедом при движении по дорогам?

1. Не моложе 14 лет.
2. На моложе 15 лет.
3. Не моложе 16 лет.
4. Не моложе 18 лет

3. Может ли пешеход двигаться по проезжей части дороги?

1. Да.
2. Да, если создает помехи другим пешеходам на тротуаре.
3. Нет.
4. Да, если на проезжей части нет транспорта.

4. В каком случае можно переходить дорогу без перехода?

- 1.1. Только при отсутствии ограждений и движущегося транспорта.
- 1.2. Только при достаточной видимости в обе стороны и отсутствии в зоне видимости перехода или перекрестка.
- 1.3. Дорогу нельзя переходить вне пешеходного перехода.

1.4. Когда нет близко идущего транспортного средства.

III. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ АКТИВНОМ ОТДЫХЕ В ПРИРОДНЫХ УСЛОВИЯХ.

1. Собираясь в поход, необходимо подобрать одежду. Какой она должна быть?

- 1.1. В первую очередь водонепроницаемой.
- 1.2. Однотонной или из камуфлированного материала.
- 1.3. Из синтетических материалов.
- 1.4. Свободной и в несколько слоев, чистой и сухой.

2. Найдите в перечне требований к месту летнего лагеря ошибку.

- 1.1. Наличие ровной площадки.
- 1.2. Наличие красивого вида.
- 1.3. Наличие воды.
- 1.4. Наличие мобильной связи.

3. Совершая переход через лес, вы почувствовали, что заблудились. Как нужно действовать?

- 1.1. Немедленно начать движение в обратном направлении.
- 1.2. Залезть на самое высокое дерево и попытаться определить направление движения.
- 1.3. Громко кричать и звать кого-либо на помощь.
- 1.4. Прекратить движение и сориентироваться с помощью компаса или природных признаков.

4. Идя в походе зимой, человек отморозил себе руку. Что нужно делать?

- 1.1. Растирать руку снегом.
- 1.2. Растирать руку мягкой шерстяной тканью.
- 1.3. Согреть руку собственным теплом.
- 1.4. Согреть руку у костра.

IV. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА

1. Основными причинами землетрясений являются:

- 1.1. Волновые колебания в скальных породах.
- 1.2. Строительство крупных водохранилищ в зонах тектонических разломов.
- 1.3. Сдвиг в скальных породах земной коры, разлом, вдоль которого один скальный массив с огромной силой трется о другой.
- 1.4. Вулканические проявления в земной коре.

2. Укажите самое безопасное место во время урагана, если вы находитесь внутри здания:

- 1.1. Чердак.
- 1.2. Подвал.

- 1.3. Верхние этажи здания.
- 1.4. Нижние этажи здания.

3. Вынужденную самостоятельную эвакуацию во время внезапного затопления необходимо начинать тогда, когда вода:

- 1.1. затопила подвальные помещения, в котором вы находитесь.
- 1.2. затопила первый этаж помещения, в котором вы находитесь.
- 1.3. достигла отметки вашего пребывания и создается реальная угроза вашей жизни.
- 1.4. стала резко подниматься.

4. Отрыв и катастрофическое падение больших масс горных пород, их опрокидывание, дробление и скатывание на крутых и обрывистых склонах – это:

- 1.1. камнепад.
- 1.2. оползень.
- 1.3. Обвал.
- 1.4. Сель.

V. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ.

1. Как нужно накладывать шину при переломах?

- 1.1. Выше и ниже перелома, чтобы рана оставалась стерильна.
- 1.2. На место перелома.
- 1.3. Выше перелома, закрывая рану.
- 1.4. Ниже перелома.

2. Максимальное время наложения жгута в летнее время не должно превышать:

- 1.1. 1,5 часов.
- 1.2. 2-х часов
- 1.3. 1 час.
- 1.4. 30 мин.

3. Что нужно делать в первую очередь при наружном кровотечении?

- 1.1. Наложить на рану сухую стерильную повязку.
- 1.2. Обработать участок тела вокруг раны.
- 1.3. Наложить давящую повязку или кровоостанавливающий жгут.
- 1.4. Обработать рану йодом.

4. Что нужно делать в первую очередь при укусе змеи?

- 1.1. Часть яда выдавить с кровью и ввести при наличии сыворотку.
- 1.2. Наложить жгут.

1.3. Прижечь порошком марганцовки.

1.4. Обработать место укуса йодом.

Задания части В

В этой части содержатся задания, которые требуют правильно дописать информацию.

1. Обеспечение личной безопасности, если произошел взрыв в здании в результате теракта:

1.1. Постарайтесь успокоиться и уточнить обстановку. Продвигайтесь осторожно, не трогайте _____.

1.2. В разрушенном или поврежденном помещении из-за опасности взрыва скопившихся газов нельзя пользоваться _____ . При задымлении помещения защитить органы дыхания смоченным платком (лоскутом ткани, полотенцем).

1.3. В случае необходимой эвакуации взять необходимые носильные вещи, деньги и документы. При невозможности эвакуации необходимо принять меры и дать о себе знать. Для этого надо _____.

1.4. С выходом из дома отойти на _____ расстояние.

1.5. Действуйте в строгом соответствии с указанием _____.

2. Правила работы за компьютером:

1.1. В соответствии с установленными нормами непрерывная продолжительность работы школьника не должна превышать _____ минут.

1.2. После каждого продолжительного занятия на компьютере рекомендуется выполнять _____.

1.3. Следить, чтобы положение монитора соответствовало направлению _____.

1.4. Установить клавиатуру так, чтобы не надо было _____.

1.5. Не располагать экран так, чтобы он был обращен в _____.

3. Уход за ногами в походных условиях:

1.1. Чтобы не натирать ноги в походе, необходимо _____.

1.2. В походах желательно пользоваться _____, которые следует стирать каждый день.

1.3. Сапоги и другую кожаную обувь необходимо по мере необходимости _____.

1.4. Нельзя сушить обувь у костра, так как кожа обуви от этого _____ и будет натирать ноги.

1.5. Для просушки обуви на ночь ее можно плотно набить _____ . К утру она будет сухой.

Задания части С.

1. В школе произошло крупное возгорание на 1-ом этаже здания. Назовите 5 основных правил, которые необходимо знать и соблюдать, чтобы спастись при пожаре.

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	

2. Первая медицинская помощь при различных ранениях.

1.	
2.	
3.	
4.	
5.	
6.	
7.	
8.	
9.	
10.	

I. ПРАВИЛА ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И ПОВЕДЕНИЯ ПРИ ПОЖАРЕ.

1. 2
2. 1
3. 4
4. 3

II. БЕЗОПАСНОСТЬ НА ДОРОГАХ

1. 4
2. 2
3. 3
4. 2

III. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ ПРИ АКТИВНОМ ОТДЫХЕ В ПРИРОДНЫХ УСЛОВИЯХ.

1. 4
2. 2
3. 4
4. 3

IV. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА

1. 3
2. 2
3. 4
4. 3

V. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ

1. 1
2. 2
3. 3
4. 1

Задания части B

1.

- 1.1. ... руками поврежденных конструкций и проводов.
- 1.2. ... открытым пламенем (спичками).
- 1.3. ... выйти на балкон или открыть окно и звать на помощь.
- 1.4. ... безопасное...
- 1.5. ... должностных лиц.

2.

- 1.1. ... 25 мин.
- 1.2. ... определенные физические упражнения.
- 1.3. ... взгляда.
- 1.4. ... не надо было далеко тянуться.
- 1.5. ... он был обращен в сторону окна.

3.

- 1.1. ... следить за состоянием обуви.
- 1.2. ... шерстяными или хлопчатобумажными носками.
- 1.3. ... просушивать и смазывать.
- 1.4. ... твердеет и теряет гибкость.
- 1.5. ... сухим сеном, мхом, или колосьями дикорастущих злаков.

Задания части С

1. Решение:

- не допускать паники
- закрыть рот и нос влажной тканью
- передвигаться нужно пригнувшись к полу
- исключить движение возле мест возгорания
- исключить движение возле мест сильного задымления
- внимательно слушать указания учителя

2. Решение:

- промыть кипяченой водой (перекисью водорода, раствором марганцовки, мочой)
- обработать рану раствором йода, зеленки, спиртосодержащей жидкостью
- при сильном кровотечении остановить кровь известными вам способами
- наложить стерильную или давящую повязку
- наложить холод при ушибах, растяжениях
- обеспечить покой поврежденной части тела
- обратиться к врачу, если это необходимо (вызвать скорую помощь)
- наложить жгут или закрутку выше раны (на ткань, написать записку со временем)
- дать обезболивающее средство
- придать поврежденной конечности возвышенное положение
- максимально согнуть конечность в суставе
- прижать пальцами соответствующий артериальный сосуд