

государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области
основная общеобразовательная школа пос.Самарский
муниципального района Волжский Самарской области
(ГБОУ ООШ пос.Самарский)

СОГЛАСОВАНА

на заседании МО

ГБОУ ООШ пос. Самарский

(протокол от 28.08.2020г. № 1

УТВЕРЖДЕНА

приказом ГБОУ ООШ пос. Самарский

от 28 августа 2020г. № 126-од

Рабочая программа

*по основам безопасности жизнедеятельности
учителя
Парахина Андрея Владимировича*

Пояснительная записка

Введение

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для основной школы предназначена для учащихся 5-9 классов.

Программа включает четыре раздела:

- «Пояснительная записка», где представлены общая характеристика учебного предмета, курса; сформулированы цели изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»; описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета;
- «Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», где представлены результаты изучения учебного предмета на нескольких уровнях — личностном, метапредметном и предметном;
- «Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», где представлено изучаемое содержание, объединенное в содержательные блоки.
- «Тематическое планирование», в котором дан перечень тем курса и число учебных часов, отводимых на изучение каждой темы, представлена характеристика основного содержания тем и основных видов деятельности ученика (на уровне учебных действий).

Программа составлена на основе Фундаментального ядра содержания общего образования и требований к результатам основного общего образования, представленных в федеральном государственном образовательном стандарте общего образования второго поколения. В ней также учитываются основные идеи и положения программы развития и формирования универсальных учебных действий для основного общего образования, преемственность с программой начального общего образования.

Общая характеристика учебного предмета, курса

В последнее время очевидна тенденция к ухудшению состояния здоровья населения России. Это связано с событиями, происходящими в нашей стране, с увеличением частоты проявления разрушительных сил природы, числа промышленных аварий и катастроф, опасных ситуаций социального характера и отсутствием навыков разумного поведения в повседневной жизни и различных опасных и чрезвычайных ситуациях.

В деле защиты населения в опасных чрезвычайных ситуациях возрастает роль и ответственность системы образования за подготовку обучающихся по вопросам, относящимся к области безопасности жизнедеятельности.

Наиболее полно и целенаправленно эти вопросы изложены в специальном непрерывном курсе «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ).

В учебной программе реализованы требования Федеральных законов: «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «Об охране окружающей природной среды», «О пожарной безопасности», «О гражданской обороне».

Целью курса является формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к собственному здоровью, к личной безопасности окружающих, приобретение ими навыков в повседневной жизни и в неблагоприятных и опасных условиях, умения оказывать само- и взаимопомощь.

Настоящая рабочая программа определяет объем содержания образования по предмету ОБЖ в 5-9 классах, дает примерное распределение учебных часов по учебным модулям, разделам и темам курса.

Программа выполняет две основные функции

1. Информационно-методическая функция позволяет всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития обучающихся средствами данного учебного предмета.

2. Организационно-планирующая функция предусматривает выделение этапов обучения, структурирование учебного материала по учебным модулям, разделам и темам с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса и возрастных особенностей обучающихся.

Основное общее образование — вторая ступень общего образования. Одной из важнейших задач этого этапа является подготовка обучающихся к осознанному и ответственному выбору жизненного и профессионального пути. Обучающиеся должны научиться самостоятельно ставить цели и определять пути их достижения, использовать приобретенный в школе опыт деятельности в реальной жизни, в том числе и за рамками учебного процесса.

Цели основного общего образования:

- 1) формирование целостного представления о мире, основанного на приобретенных знаниях, умениях и способах деятельности;
- 2) приобретение опыта разнообразной деятельности, опыта познания и самопознания;
- 3) подготовка к осуществлению осознанного выбора индивидуальной образовательной или профессиональной траектории.

Общие цели изучения ОБЖ призваны способствовать:

- повышению уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формированию антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечению профилактики асоциального поведения обучающихся.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких учебных задач, как:

- формирование у обучающихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- воспитание антитеррористического поведения и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

В основе программы использован модульный принцип построения, который позволяет эффективнее организовать учебно-воспитательный процесс в области безопасности жизнедеятельности с учетом особенностей регионов России с учетом их реальных особенностей в области безопасности, а также более полно использовать межпредметные связи при изучении тематики ОБЖ;

Понятийная база и содержание курса ОБЖ основаны на положениях федеральных законов Российской Федерации и других нормативно-правовых актов в области безопасности личности, общества и государства.

За основу проектирования структуры и содержания рабочей 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 с учетом их реальных особенностей в области безопасности, а также более полно использовать межпредметные связи при изучении тематики ОБЖ;
- структурировать содержание рабочей программы при изучении предмета в 5 — 9 классах.

Планируемые результаты освоения обучающимися основной образовательной программы основного общего образования по предмету "Основы безопасности жизнедеятельности"

Личностные результаты:

Личностными результатами обучения ОБЖ в основной школе являются:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметные результаты:

Метапредметными результатами обучения основам безопасности жизнедеятельности в основной школе являются:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметными результатами обучения ОБЖ в основной школе являются:

1. В познавательной сфере:

- знания 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 ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

2. В ценностно-ориентационной сфере:

- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

3. В коммуникативной сфере:

- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

4. В эстетической сфере:

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.

5. В трудовой сфере:

- знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- умения оказывать первую медицинскую помощь.

6. В сфере физической культуры:

- формирование установок на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

Метапредметные результаты:

5 класс

Формирование ИКТ-компетентности обучающихся:

Ученик научится:

- правильно включать и выключать устройства ИКТ, входить в операционную систему и завершать работу с ней, выполнять базовые действия с экранными объектами (перемещение курсора, выделение, прямое перемещение, запоминание и вырезание);
- соединять устройства ИКТ (блоки компьютера, устройства сетей, принтер, проектор, сканер, измерительные устройства и т. д.) с использованием проводных и беспроводных технологий;

Ученик получит возможность научиться:

- осознавать и использовать в практической деятельности основные психологические особенности восприятия информации человеком

Основы учебно-исследовательской и проектной деятельности:

Ученик научится:

- ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать языковые средства, адекватные обсуждаемой проблеме

Ученик получит возможность научиться:

- целенаправленно и осознанно развивать свои коммуникативные способности, осваивать новые языковые средства

- использовать догадку, озарение, интуицию

Стратегия смыслового чтения и работа с текстом

Ученик научится:

- откликаться на содержание текста;
- интерпретировать текст;

Ученик получит возможность научиться:

- решать учебно-познавательные и учебно-практические задачи, требующие полного и критического понимания текста

6 класс.

Формирование ИКТ-компетентности обучающихся:

Ученик научится:

- использовать различные библиотечные, в том числе электронные, каталоги для поиска необходимых книг;

Ученик получит возможность научиться:

- использовать различные приёмы поиска информации в Интернете в ходе учебной деятельности

Основы учебно-исследовательской и проектной деятельности:

Ученик научится:

- ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать языковые средства, адекватные обсуждаемой проблеме

- распознавать и ставить вопросы, ответы на которые могут быть получены путём научного исследования, отбирать адекватные методы исследования, формулировать вытекающие из исследования выводы

Ученик получит возможность научиться:

- целенаправленно и осознанно развивать свои коммуникативные способности, осваивать новые языковые средства

- выбирать и использовать методы, релевантные рассматриваемой проблеме

Стратегия смыслового чтения и работа с текстом

Ученик научится:

- ориентироваться в содержании текста и понимать его целостный смысл
- откликаться на содержание текста;

Ученик получит возможность научиться:

- находить в тексте требуемую информацию (пробежать текст глазами, определять его основные элементы, сопоставлять формы выражения информации в запросе и в самом тексте, устанавливать, являются ли они тождественными или синонимическими, находить необходимую единицу информации в тексте)

7 класс.

Формирование ИКТ-компетентности обучающихся:

Ученик научится:

- осуществлять информационное подключение к локальной сети и глобальной сети Интернет;

Ученик получит возможность научиться:

- создавать текст на основе расшифровки аудиозаписи, в том числе нескольких участников обсуждения, осуществлять письменное смысловое резюмирование в ходе обсуждений

Основы учебно-исследовательской и проектной деятельности:

Ученик научится:

- планировать и выполнять учебное исследование и учебный проект, используя оборудование, модели, методы и приёмы, адекватные исследуемой проблеме

Ученик получит возможность научиться:

- использовать некоторые приёмы художественного познания мира: целостное отображение мира, образность, художественный вымысел, органическое единство общего, особенного (типичного) и единичного, оригинальность

Стратегия смыслового чтения и работа с текстом

Ученик научится:

- использовать полученный опыт восприятия информационных объектов для обогащения чувственного опыта, высказывать оценочные суждения и свою точку зрения о полученном сообщении (прочитанном тексте)

Ученик получит возможность научиться:

- структурировать текст, используя нумерацию страниц, списки, ссылки, оглавления; проводить проверку правописания; использовать в тексте таблицы, изображения

8 класс

Формирование ИКТ-компетентности обучающихся:

Ученик научится:

- использовать возможности электронной почты для информационного обмена;
- соблюдать нормы информационной культуры, этики и права; с уважением относиться к частной информации и информационным правам других людей.
- использовать различные приёмы поиска информации в Интернете, поисковые сервисы, строить запросы для поиска информации и анализировать результаты поиска;

Ученик получит возможность научиться:

- участвовать в обсуждении (аудиовидеофорум, текстовый форум) с использованием возможностей Интернета;
- использовать возможности ИКТ в творческой деятельности, связанной с искусством (для литер.)

Основы учебно-исследовательской и проектной деятельности:

Ученик научится:

- видеть и комментировать связь научного знания и ценностных установок, моральных суждений при получении, распространении и применении научного знания
- использовать некоторые приёмы художественного познания мира: целостное отображение мира, образность, художественный вымысел, органическое единство общего, особенного (типичного) и единичного, оригинальность

Ученик получит возможность научиться:

- самостоятельно задумывать, планировать и выполнять учебное исследование, учебный и социальный проект

Стратегия смыслового чтения и работа с текстом

Ученик научится:

- решать учебно-познавательные и учебно-практические задачи, требующие полного и критического понимания текста;
- в процессе работы с одним или несколькими источниками выявлять содержащуюся в них противоречивую, конфликтную информацию
- анализировать изменения своего эмоционального состояния в процессе чтения, получения и переработки полученной информации и её осмысления

Ученик получит возможность научиться:

- на основе имеющихся знаний, жизненного опыта подвергать сомнению достоверность имеющейся информации, обнаруживать недостоверность получаемой информации, пробелы в информации и находить пути восполнения этих пробелов

9 класс

Формирование ИКТ-компетентности обучающихся:

Ученик научится:

- соблюдать требования техники безопасности, гигиены, эргономики и ресурсосбережения при работе с устройствами ИКТ, в частности учитывающие специфику работы с различными экранами.
- использовать различные библиотечные, в том числе электронные, каталоги для поиска необходимых книг;
- осуществлять информационное подключение к локальной сети и глобальной сети Интернет;
- использовать возможности электронной почты для информационного обмена;
- соблюдать нормы информационной культуры, этики и права; с уважением относиться к частной информации и информационным правам других людей.
- использовать различные приёмы поиска информации в Интернете, поисковые сервисы, строить запросы для поиска информации и анализировать результаты поиска;

Ученик получит возможность научиться:

- использовать различные приёмы поиска информации в Интернете в ходе учебной деятельности
- создавать текст на основе расшифровки аудиозаписи, в том числе нескольких участников обсуждения, осуществлять письменное смысловое резюмирование в ходе обсуждений
- использовать возможности электронной почты для информационного обмена;
- соблюдать нормы информационной культуры, этики и права; с уважением относиться к частной информации и информационным правам других людей.
- использовать различные приёмы поиска информации в Интернете, поисковые сервисы, строить запросы для поиска информации и анализировать результаты поиска.

Основы учебно-исследовательской и проектной деятельности:

Ученик научится:

- использовать языковые средства, адекватные обсуждаемой проблеме
- распознавать и ставить вопросы, ответы на которые могут быть получены путём научного исследования, отбирать адекватные методы исследования, формулировать вытекающие из исследования выводы
- планировать и выполнять учебное исследование и учебный проект, используя оборудование, модели, методы и приёмы, адекватные исследуемой проблеме
- видеть и комментировать связь научного знания и ценностных установок, моральных суждений при получении, распространении и применении научного знания
- использовать некоторые приёмы художественного познания мира: целостное отображение мира, образность, художественный вымысел, органическое единство общего, особенного (типичного) и единичного, оригинальность

Ученик получит возможность научиться:

- использовать догадку, озарение, интуицию
- выбирать и использовать методы, релевантные рассматриваемой проблеме
- создавать текст на основе расшифровки аудиозаписи, в том числе нескольких участников обсуждения, осуществлять
- на основе имеющихся знаний, жизненного опыта подвергать сомнению достоверность имеющейся информации, обнаруживать недостоверность получаемой информации, пробелы в информации и находить пути восполнения этих пробелов

Стратегия смыслового чтения и работа с текстом

Ученик научится:

- использовать полученный опыт восприятия информационных объектов для обогащения чувственного опыта, высказывать оценочные суждения и свою точку зрения о полученном сообщении (прочитанном тексте)
- решать учебно-познавательные и учебно-практические задачи, требующие полного и критического понимания текста;
- в процессе работы с одним или несколькими источниками выявлять содержащуюся в них противоречивую, конфликтную информацию
- анализировать изменения своего эмоционального состояния в процессе чтения, получения и переработки полученной информации и её осмысления

Ученик получит возможность научиться:

- структурировать текст, используя нумерацию страниц, списки, ссылки, оглавления;
- проводить проверку правописания; использовать в тексте таблицы, изображения

- на основе имеющихся знаний, жизненного опыта подвергать сомнению достоверность имеющейся информации, обнаруживать недостоверность получаемой информации, пробелы в информации и находить пути восполнения этих пробелов

Планируемые результаты обучения

Выпускник научится:

- характеризовать основные слагаемые здорового образа жизни; осознанно выбирать верные критерии для оценки безопасных условий жизни; на примерах показывать опасность пагубных привычек, угрожающих здоровью;
- сравнивать и сопоставлять на основе характеристики основных возрастных периодов жизни человека возможности и ограничения каждого возрастного периода;
- характеризовать семью и семейные отношения; оценивать социальное значение семейных традиций и обычаев;
- выполнять несложные познавательные и практические задания, основанные на ситуациях жизнедеятельности человека в разных сферах общества.

Выпускник получит возможность научиться:

- формировать положительное отношение к необходимости соблюдать здоровый образ жизни; корректировать собственное поведение в соответствии с требованиями безопасности жизнедеятельности;
- наблюдать и характеризовать явления и события, происходящие в различных сферах общественной жизни.

Содержание учебного предмет "Основы безопасности жизнедеятельности"

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5—7 классов включает следующие содержательные линии (разделы).

Введение

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Что такое здоровый образ жизни, природные и техногенные ситуации.

Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя

Почему нужно знать свой организм. Особенности организма человека. Какие системы органов есть у человека. За что отвечают системы органов, их характеристика. Укрепление нервной системы: что нервная система «любит», чего нервная система «не любит». Тренировка сердца. Развитие дыхательной системы, дыхательные упражнения для утренней гимнастики. *Правильное рациональное питание*: умеренность, сбалансированность, разнообразие, своевременность. Виды углеводов («медленные», «быстрые»), их влияние на организм и здоровье человека. Пирамида сбалансированного питания.

Здоровье органов чувств. Сохранение зрения. Слух, обоняние, вкус.

Как вести здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье: условия жизни, образ жизни, врождённые особенности, качество медицинского обслуживания. Организованность и здоровье. Организованность и планирование своей жизни — условия сохранения здоровья. *Чистота — залог здоровья.* Правила личной гигиены. Тщательно вымытые овощи и фрукты как условие сохранения здоровья.

Движение — это жизнь. Положительное влияние физкультуры на организм человека. Комплекс упражнений для развития движений. Программа повышения уровня своей физической подготовки.

Закаливание как условие сохранения здоровья. Значение закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Правила закаливания.

Компьютер и здоровье. Отрицательное влияние работы с компьютером на здоровье человека: усталость, перевозбуждение, ухудшение зрения, отрицательное эмоциональное состояние, «синдром круглой спины». Правила безопасного пользования компьютером. Упражнения, которые снимают усталость при работе с компьютером.

Мой безопасный дом

Поддержание чистоты и порядка в доме. Мыши, крысы, тараканы — животные не домашние! Распространение грызунами и тараканами опасных инфекционных заболеваний. Чистота — одно из условий борьбы с грызунами и тараканами. Соблюдение правил при проведении хозяйственных работ (мытьё посуды, уборка комнат).

Дела домашние: техника безопасности. Проявление осторожности, предусмотрительности при проведении хозяйственных работ (работа с клеем, молотком, пилой и пр.). Правила поведения при появлении запаха газа, при пожаре.

Безопасное электричество и газ. Правила использования электроприборов; условия возникновения коротких замыканий, пожаров; получение ожогов и травм. Правила безопасного пользования газом.

Школьная жизнь

Дорожное движение в населённом пункте. Выбор пути. Безопасная дорога в школу. Поведение на улицах и дорогах. Знание адреса школы, названия ближайших остановок транспорта. Участники дорожного движения: пассажиры, пешеходы, водители. Соблюдение Правил дорожного движения — условие сохранения жизни и здоровья. Необходимость внимательного отношения к дорожной обстановке, оценка дорожной ситуации. Знаки дорожного движения: предупреждающие, запрещающие, предписывающие. «Дорожные ловушки». Правила передвижения на регулируемых и нерегулируемых перекрёстках и улицах. Правила поведения пешехода и пассажира.

Правила поведения в школе. Общие правила поведения в школьном помещении и на территории школы. Поведение на уроках, переменах, в столовой, раздевалке и других школьных помещениях. Общение со сверстниками. Поведение в школе, которое может привести к беде. Устранение конфликтов. Заболевший ученик в школе. Помощь заболевшему сверстнику.

Ориентировка в школьных помещениях. Меры предупреждения пожара, правила эвакуации, правила поведения при пожаре.

На игровой площадке

Подготовка к прогулке: выбор обуви и одежды. Поведение на игровой площадке. Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием, при езде на велосипеде, роликовых коньках и пр. Зимние игры. Безопасность катания на санках и ледянках.

Предусмотрительность и осторожность во время игр. Особенности поведения на игровой площадке при условии близости игровой зоны для самых маленьких детей. Правила проведения спортивных игр (футбол, волейбол,

хоккей и др.) при небольших размерах игровой площадки и близости дороги или шоссе. Оказание первой помощи при ушибах, вывихах, переломах.

Животные на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой. Способность определить её настроение по позе и поведению. Предусмотрительность и осторожность. Первая помощь при укусе собаки.

На природе

Ориентирование на местности. Что такое ориентир. Ориентирование по компасу, Солнцу, часам, Полярной звезде, местным признакам. Измерение расстояния на местности.

Опасности, которые могут встретиться в природе. Общие правила поведения в лесу, на водоёме. Правила поведения при экстремальных ситуациях (потеря ориентиров на незнакомой местности и др.). Правила поведения при встрече с опасными животными (насекомые, змеи, звери). Действия человека, которого укусила оса (клещ, змея).

Опасности, которые таит вода. Выбор места для купания и его оценка. Правила безопасного поведения на воде при купании, катании на лодке. Оценка состояния льда в осеннее и весеннее время года.

Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные препятствия.

Предусмотрительность и осторожность во время преодоления водных препятствий.

Туристский поход: радость без неприятностей

Подготовка к походу. Правила организации безопасного туристского похода. Подбор снаряжения, сбор продуктов питания.

Одежда и обувь для похода. Правила упаковки рюкзака. Спальный мешок. Походная аптечка. Список лечебных препаратов, необходимых в походе. Режим дня в многодневном походе.

Правила организации

режима дня туриста: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий и игр. Походная еда, правила её приготовления.

Когда человек сам себе враг

Вредные привычки, их пагубное влияние. Алкоголь. Вред алкоголя для здоровья, умственной деятельности, поведения человека. Особая опасность приёма алкоголя в подростковом возрасте. Курение. Вред курения для здоровья. Особая опасность курения в подростковом возрасте.

Медицинские знания и умения: упражнения при простуде и влажном кашле; первая помощь при отравлении; аллергия и её влияние на организм человека; если в глаз попала соринка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (глисты, дизентерия, педикулёз). Правила закаливания. Условия безопасной работы за компьютером. Приёмы осторожного обращения с клеем при проведении домашних хозяйственных работ. Первая помощь при отравлении газом. Симптомы сотрясения мозга, действия в случае подозрения на сотрясение мозга; остановка кровотечения из носа. Правила поведения заболевшего.

Помощь при ожогах, отравлении угарным газом. Способы снятия усталости.

Предупреждение простудных заболеваний. Первая помощь при подозрении на переломы и вывихи. Первая помощь при укусе собаки. Первая помощь при укусе насекомых, змей, клещей. Ядовитые растения и грибы. Помощь при отравлении грибами. Оказание первой помощи при солнечном ударе, утоплении, судороге. Первая помощь при потёртости кожи. Лечение ожогов в туристском походе.

Практические работы

Способы тренировки дыхательной системы (дыхательные упражнения); проверка степени загрязнения воды; режим питания подростков; овладение приёмами тренировки глаз; выполнение физических упражнений; индивидуальная программа закаливания; правила безопасного пользования компьютером; выбор безопасного пути из дома в школу; оценка дорожной ситуации; правила дорожного движения; обсуждение ситуаций, связанных с поведением в школе; репетиция эвакуации из помещения школы при возникновении пожара; первая помощь при лёгких травмах; овладение навыком работы

с компасом; определение сторон света по солнцу; определение сторон света по местным признакам; измерение расстояний на местности; приёмы искусственного дыхания; отличительные признаки ядовитых для человека грибов.

Проектная деятельность¹

Примерные темы проектов: «Слух человека и животных. Сравнительная характеристика», «Как сохранить обоняние?», «Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его?», «Техника безопасности в жилом доме», «Вредные привычки: алкоголь, курение».

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» для 8—9 классов включает следующие содержательные линии(разделы).

Введение. Почему это нужно знать?

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

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

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

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Физическое здоровье и условия его сохранения. Психическое здоровье человека. Эмоциональное благополучие и здоровье человека. Внешние признаки здорового человека: уверенная походка, правильная осанка, приятное выражение лица, активность. Факторы, определяющие физическое здоровье человека: наследственность, экология, условия проживания, медицинское обслуживание, желание и воля человека. Физическая культура и здоровье. Психическое здоровье и условия его сохранения: осознание человеком своего «Я», объективная оценка своих возможностей, способностей, успешности деятельности. Адекватность реакций на различные жизненные ситуации, способность к самооценке, самоуправлению с учётом социальных норм и правил; стремление планировать свою жизнедеятельность при смене жизненных ситуаций, в том числе при чрезвычайных. Социальные факторы, отрицательно воздействующие на психическое здоровье человека: социальные конфликты, нестабильность в обществе, нарушение взаимоотношений людей и др. Эмоциональное здоровье подростка и условия его сохранения: благополучная адаптация к коллективу сверстников, демократический стиль отношений со взрослыми и сверстниками, интересная познавательная среда, объективная самооценка, правильная организация жизни и деятельности и др. Негативные факторы воздействия на эмоциональное здоровье и благополучие подростка: проблемы в семейных отношениях, неумение общаться (дружить), неблагоприятный школьный климат, необъективная оценка своего «Я» и др.

Социальное здоровье и условия его сохранения.

Осознанное и добровольное принятие нравственных ценностей общества и их добровольное исполнение как критерий социального здоровья.

Человек и окружающая среда

Неблагополучная экологическая ситуация и зоны риска. Факторы неблагоприятной экологической обстановки:

загрязнение воздуха и его причины. «Безобидный воздух», «загрязнённый воздух».

Негативное влияние хозяйственной деятельности человека на чистоту воздуха. Ухудшение качества воды и его причины. Типы загрязнений пресных водоёмов: промышленное загрязнение, бытовые отходы, химические вещества, применяемые в сельском хозяйстве, работа водного транспорта.

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

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

Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни

Причины и последствия пожара. Правила пожарной безопасности. Правила поведения при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Меры безопасности при пользовании пиротехникой. Чрезвычайные ситуации в быту. Безопасность при использовании бытового газа, предметов бытовой химии. Правила поведения при заливе квартиры. Правила пользования

электроприборами.

Разумная предосторожность

Предвидение опасностей при выборе места отдыха. Внимательное отношение к объявлениям технических, экологических, санитарных служб. Поведение на улицах населённого пункта.

Опасное время суток. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении.

Опасные игры

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

Современный транспорт и безопасность

Транспорт в современном мире. Чрезвычайные ситуации на дорогах. Дорожно-транспортные происшествия. Причины и последствия. Нарушение ПДД как главная причина дорожных происшествий. Опасные игры на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста.

Знаки дорожного движения для велосипедистов. Поведение в дорожно-транспортных происшествиях. Опасные ситуации в метро. Правила поведения на станции метро, эскалаторе, в вагоне поезда. Поведение в салоне авиалайнера. Пожар на борту лайнера или другие чрезвычайные ситуации: правила

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

Безопасный отдых и туризм

Виды туризма. Объективные и субъективные трудности туристского похода. Групповое снаряжение походной туристской группы. Обеспечение безопасности в туристских походах: виды опасностей. Движение по маршруту, график движения. Правила преодоления естественных препятствий.

Обеспечение безопасности при переправах через водные препятствия. Правила разведения костра. Правила поведения туриста, если он отстал от группы. Сигналы бедствия. Туризм и экология окружающей среды. Обеспечение безопасности в водном туристском походе.

Снаряжение для водного туризма. Правила безопасного поведения на воде. Узлы в туристском походе.

Когда человек сам себе враг

Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания, употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье.

Причины приобщения подростка к курению. Негативное влияние курения на организм подростка. Физическое состояние подростка-курильщика. Алкоголь — разрушитель

личности: воздействие алкоголя на организм человека. Отравление алкоголем. Наркотики — яд. Влияние наркотиков на организм: распад личности человека под влиянием наркотиков. Токсикомания — страшная зависимость. Детская игромания — болезненное состояние, которое отражает неуправляемую зависимость человека от процесса игры, неоправданное желание с её помощью устранить свои проблемы. Самовоспитание: предупреждение привыкания к компьютерным играм.

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

Что такое чрезвычайная ситуация: основные понятия. Классификация чрезвычайных ситуаций (ЧС), их характер и особенности. Система оповещения в ЧС, общие правила эвакуации. Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них. Характеристика наиболее распространённых и опасных ЧС. Геофизические чрезвычайные ситуации: землетрясение как геофизическое природное явление; наводнения, природные пожары, извержения вулкана, цунами, сели, оползни и др. Предвестники природных ЧС. Поведение во время природных ЧС Чрезвычайные ситуации биологического происхождения и защита от них: эпидемии, энзоотии, эпизоотии (без обязательного усвоения термина). Пути заражения. Способы предупреждения заражения.

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

Чрезвычайные ситуации социального характера.

Национальная безопасность Российской Федерации

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

Медицинские знания и умения

Условия репродуктивного здоровья: гигиена, знание своего организма, риски старшего подросткового возраста. Правильное питание. Продукты, содержащие кальций. Ценность употребления витамина С. Диета: «за» и «против». Ожоги. Первая помощь при ожогах. Действия при отравлении угарным газом, химическими веществами, ядохимикатами. Первая помощь при электротравмах. Переломы. Правила поведения при подозрении на перелом, первая доврачебная помощь. Соблюдение осторожности и внимательности при оказании помощи. Телесные повреждения при ДТП. Виды кровотечений и первая помощь пострадавшему. Растения, опасные для туриста. Первая помощь при отравлении. Курение и его влияние на организм. Первая помощь при отравлении алкоголем. Наркотики: губительное воздействие на организм. Запрещённые в России наркотические и психотропные вещества. Внешние проявления токсикомании. Первая помощь при травмах различной степени тяжести, при отравлении химическими веществами. Что нужно знать о гриппе, других эпидемиях. Заболевания животных, опасные для человека. Чрезвычайные ситуации на гидротехнических сооружениях. Последствия аварий на гидротехнических сооружениях и правила поведения во время ЧС. Первая помощь при ранениях, вызванных взрывами.

Практические работы

Навыки работы с документами: понятие «чрезвычайная ситуация», виды ЧС. Самооценка: развитие волевых качеств. Источники шума в современной городской квартире. Аварийная посадка самолёта. Распределение снаряжения между турпохода. График движения по туристскому маршруту. Освоение разных типов узлов. Навыки работы с документами: Федеральный закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака». Водоохранные зоны и прибрежные защитные

полосы. Первая помощь при кровотечениях. Навыки работы с документами: Федеральные законы «О противодействии экстремистской деятельности», «О противодействии терроризму». Ознакомление с устройством и порядком использования огнетушителей. Психологическая готовность к встрече с преступником. Использование подручных средств самообороны. Линия поведения в чрезвычайных ситуациях.

Проектная деятельность

Примерные темы проектов: «Программа закаливания», «Витамины — это жизнь», «Медиасреда — не навреди!», «Опасные игры», «Растения и грибы таят опасность», «Безопасное поведение на природе», «История великих кораблекрушений», «Правила поведения при чрезвычайных ситуациях на корабле», «Как укрыться от непогоды», «Отношение к пьянству в России», «Мифы о пьянстве на Руси», «Отражение темы пьянства в карикатуре»; «Наркотикам — нет!»; «Как смягчить последствия природных ЧС?», «Техногенные катастрофы», «Самые опасные заболевания, принимающие форму эпидемии: чума («чёрная смерть»), холера, грипп, тиф, сибирская язва», «Служба в Вооружённых Силах — почётная обязанность гражданина России».

**Тематическое планирование
по основам безопасности жизнедеятельности в 5 классе**

№	Наименование раздела и темы урока
Основы комплексной безопасности (3ч.)	
<p>Характеристика деятельности учащихся: Необходимость изучения предмета ОБЖ. Символическое изображение правил ОБЖ. Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни Учебные универсальные действия: личностные: Формирование понимания ценности безопасного образа жизни. регулятивные: целеполагание, планирование, самоконтроль, самооценка. познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать, самостоятельно составлять алгоритм действий. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Выдвижение гипотез. Извлечение необходимой информации. коммуникативные: умение с достаточной полнотой выразить свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества. Аргументация своего мнения и позиция в коммуникации</p>	
1	Почему нужно изучать предмет "ОБЖ".
2	Чтобы сохранить здоровье нужно знать себя
3	Что такое здоровый образ жизни
Организм человека и его безопасность (9 ч.)	
<p>Характеристика деятельности учащихся: Изучить правила безопасного поведения на водоёмах в различных условиях. Формировать умение действовать при угрозе и во время наводнения. Учебные универсальные действия: личностные: Формирование понимания ценности здорового образа жизни регулятивные: целеполагание, планирование, самоконтроль, коррекция, самооценка. познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Извлечение необходимой информации. коммуникативные: умение с достаточной полнотой выразить свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества.</p>	
4	Организм человека и его безопасность
5	За что "отвечают" системы органов
6	Укрепляем нервную систему.
7	Тренируем сердце. Практическая работа № 1 по теме: Измеряем пульс.
8	Развиваем дыхательную систему. Практическая работа № 2 по теме

9	Питаемся правильно. Практическая работа № 3 по теме: "Анализируем режим питания"
10	Практическая работа № 4 по теме : "Определить степень загрязнения воды" .
11	Здоровье органов чувств. Практическая работа № 5 по теме "гимнастика для глаз".
12	Проект и презентация Интересное о здоровье
Как вести здоровый образ жизни (6ч.)	
Характеристика деятельности учащихся: Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	
Учебные универсальные действия:	
личностные: Формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;	
регулятивные: целеполагание, планирование, самоконтроль, коррекция, самооценка.	
познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Извлечение необходимой информации.	
коммуникативные: умение с достаточной полнотой выражать свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества.	
13	Что влияет на здоровье
14	Чистота залог здоровья.
15	Движение -это жизнь.
16	Поговорим о закаливании
17	Компьютер и здоровье.
18	Практическая работа № 6 по теме" Правила безопасного пользования компьютером"
Мой безопасный дом (2 ч.)	
Характеристика деятельности учащихся: Сформировать представление о чистоте в доме.	
личностные: Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	
регулятивные: целеполагание, планирование, самоконтроль, самооценка.	
познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать, самостоятельно составлять алгоритм действий. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Выдвижение гипотез. Извлечение необходимой информации	
коммуникативные: умение с достаточной полнотой выражать свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества. Аргументация своего мнения и позиция в коммуникации.	
19	Наводим в доме чистоту
20	Дела домашние : техника безопасности

Школьная жизнь (10ч)

Характеристика деятельности учащихся: Усвоение правил дорожного движения.

личностные: Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни

регулятивные: целеполагание, планирование, самоконтроль, самооценка.

познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать, самостоятельно составлять алгоритм действий. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Выдвижение гипотез. Извлечение необходимой информации

коммуникативные: умение с достаточной полнотой выразить свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества.

21	Безопасная дорога в школу Практическая работа № 7 по теме: "Безопасный маршрут движения до школы"
22	Пешеходы и пассажиры - участники дорожного движения
23	Дорожное движение в населенном пункте Практическая работа № 8 по теме: "Правила дорожного движения РФ"
24	Дорожные правила для пешеходов
25	Правила поведения в школе
26	Поведение которое приводит к беде Практическая работа № 9 по теме : "Наши эмоции"
27	Заболевший в школе
28	Если в школе пожар
29	Практическое занятие № 10 по теме : « Правила поведения при пожаре» .
30	Первая медицинская помощь при отравлении угарным газом

На игровой площадке (4 ч)

Характеристика деятельности учащихся: Сформировать знания о правилах и последовательности оказания первой медицинской помощи при носовом кровотечении.

личностные: Формирование понимания ценности безопасного образа жизни.

регулятивные: целеполагание, планирование, самоконтроль, коррекция, самооценка.

познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Извлечение необходимой информации.

коммуникативные: умение с достаточной полнотой выразить свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества.

31	Правила поведения на игровой площадке
32	Правила езды на велосипеде для подростков
33	Правила поведения в дни летних каникул
34	Первая медицинская помощь при травмах .Итоговый контроль за год.

**Тематическое планирование
по основам безопасности жизнедеятельности в 6 классе**

№	Наименование раздела и темы урока
Введение (1 час)	
<p>Характеристика деятельности учащихся: Знать о необходимости изучения предмета ОБЖ</p> <p>Учебные универсальные действия: личностные: Формирование понимания ценности безопасного образа жизни. регулятивные: целеполагание, планирование, самоконтроль, самооценка. познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать, самостоятельно составлять алгоритм действий. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Выдвижение гипотез. Извлечение необходимой информации. коммуникативные: умение с достаточной полнотой выражать свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества. Аргументация своего мнения и позиция в коммуникации</p>	
1	Введение. Что изучает предмет «ОБЖ»
Тема 2. На игровой площадке (5 часов)	
<p>Характеристика деятельности учащихся: Знать как подготовиться к прогулке, о выборе одежды и обуви с учётом сезона, состояния погоды и степени подвижности игр</p> <p>Учебные универсальные действия: личностные: Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества регулятивные: целеполагание, планирование, самоконтроль, самооценка. познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать, самостоятельно составлять алгоритм действий. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Выдвижение гипотез. Извлечение необходимой информации. коммуникативные: умение с достаточной полнотой выражать свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества. Аргументация своего мнения и позиция в коммуникации.</p>	
2	«Готов ли ты к прогулке?».
3	Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием на площадке
4	Первая помощь при переломах и вывихах
5	Животные на игровой площадке
6	Правила поведения при встрече с собакой
Тема 3. На природе (4 часа)	
<p>Характеристика деятельности учащихся: Развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам</p> <p>личностные: Знать о ориентировании на местности. Что такое ориентир.</p>	

<p>регулятивные:целеполагание, планирование, самоконтроль, самооценка.</p> <p>познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать, самостоятельно составлять алгоритм действий. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Выдвижение гипотез. Извлечение необходимой информации</p> <p>коммуникативные: умение с достаточной полнотой выражать свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества. Аргументация своего мнения и позиция в коммуникации.</p>	
7	Ориентирование на местности
8	Что такое ориентир
9	Ориентирование по компасу,солнцу и часам
10	Измерение расстояния на местности
<p>Тема 4 . Природа полна неожиданностей (7 часов)</p> <p>Характеристика деятельности учащихся: Знать правила поведения в экстремальных ситуациях.Опасные встречи (звери, насекомые, змеи). Знать правила первой помощи при укусе насекомого, змеи, других животных и уметь их применять</p> <p>личностные:Формирование коммуникативной компетентности в обращении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности</p> <p>регулятивные:целеполагание, планирование, самоконтроль, самооценка.</p> <p>познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать, самостоятельно составлять алгоритм действий. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Выдвижение гипотез. Извлечение необходимой информации</p> <p>коммуникативные:умение с достаточной полнотой выражать свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества.</p>	
11	Опасности, которые могут встретиться во время прогулок на природе. Общие правила поведения во время экскурсий в природу.
12	Опасные встречи (звери, насекомые, змеи).
13	Первая помощь при укусе насекомого, змеи.
14	Правила поведения на водоёмах.Выбор и оценка места для купания.
15	Первая помощь при судорогах, солнечном ударе, утоплении.
16	Оценка состояния льда в осеннее и весеннее время. Правила безопасного поведения на льду.
17	Переправа через водные преграды
<p>Тема. 5 Туристический поход (10 часов)</p> <p>Характеристика деятельности учащихся:Знать правила организации безопасного туристского похода, о подготовке к походу: подбор личного и группового снаряжения, продуктов.</p> <p>личностные:Формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде.</p> <p>регулятивные:целеполагание, планирование, самоконтроль, коррекция, самооценка.</p> <p>познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Извлечение необходимой информации.</p>	

коммуникативные: умение с достаточной полнотой выражать свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества.	
18	Что такое туризм? Общие правила организации туристского похода.
19	Подготовка к походу: требования к снаряжению.
20	Личные вещи в походе. Особенности продуктов питания, которые берутся в поход.
21	Виды рюкзаков. Правила упаковки рюкзака. Спальный мешок.
22	Режим дня в однодневном и многодневном турпоходе. Сочетание передвижения и отдыха.
23	Характеристика чрезвычайных и неожиданных ситуаций, их предвидение и ликвидация возможных причин.
24	Первая помощь при болезнях, травмах. Аптечка туриста
25	Полезные для туриста лекарственные растения. Предупреждение возможных случаев отравления грибами и ягодами
26	Меры безопасности при пользовании водой из природных водоёмов.
27	Первая помощь при отравлении, простуде, ожоге, укусе насекомых и змей
Тема 6. Когда человек сам себе враг (7 часов)	
Характеристика деятельности учащихся: Знать когда человек сам создаёт проблемы для своего здоровья. При каких обстоятельствах человек сам себе враг.	
личностные: формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде	
регулятивные: целеполагание, планирование, самоконтроль, коррекция, самооценка.	
познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать, самостоятельно составлять алгоритм действий. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Выдвижение гипотез. Извлечение необходимой информации.	
коммуникативные: умение с достаточной полнотой выражать свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества.	
28	Причины возникновения вредных привычек.
29	При каких обстоятельствах человек сам себе враг.
30	Вред алкоголя для организма подростка, его здоровья и самочувствия.
31	Вред алкоголя для организма подростка, его здоровья и самочувствия.
32	«Мода» на курение среди молодёжи.
33	Медицинские исследования о вреде курения на растущий организм.
34	Самовоспитание: противодействие желанию закурить

**Тематическое планирование
по основам безопасности жизнедеятельности в 7 классе**

№	Наименование раздела и темы урока
Введение (1 час)	
<p>Характеристика деятельности учащихся: Знать о необходимости изучения предмета ОБЖ</p> <p>Учебные универсальные действия: личностные: Формирование понимания ценности безопасного образа жизни. регулятивные: целеполагание, планирование, самоконтроль, самооценка. познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать, самостоятельно составлять алгоритм действий. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Выдвижение гипотез. Извлечение необходимой информации. коммуникативные: умение с достаточной полнотой выражать свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества. Аргументация своего мнения и позиция в коммуникации</p>	
1	Введение. Что изучает предмет «ОБЖ»
Тема 2. Почему это нужно знать?(4 часа)	
<p>Характеристика деятельности учащихся: Формирование мотивации изучения предмета ОБЖ, важность его для ориентации в различных жизненных ситуациях.</p> <p>Учебные универсальные действия: личностные: Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества регулятивные: целеполагание, планирование, самоконтроль, самооценка. познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать, самостоятельно составлять алгоритм действий. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Выдвижение гипотез. Извлечение необходимой информации. коммуникативные: умение с достаточной полнотой выражать свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества. Аргументация своего мнения и позиция в коммуникации.</p>	
2	Цели предмета «Основы безопасности жизнедеятельности
3	Что такое здоровый образ жизни. Слагаемые здоровья
4	Зависит ли здоровье от образа жизни?
5	Повторение и обобщение материала по темам «ЗОЖ.» Стартовый контроль знаний .
Тема 3. Здоровый образ жизни. Физическое здоровье и правильное питание(14 часов)	
<p>Характеристика деятельности учащихся: Формирование характеристики понятия «здоровый образ жизни», развитие мотивации- стремления к физическому и социальному здоровью.</p> <p>личностные: знать Что такое здоровый образ жизни. Слагаемые здоровья. Что такое физическое здоровье. Правила личной гигиены.</p> <p>регулятивные: целеполагание, планирование, самоконтроль, самооценка. познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать,</p>	

	самостоятельно составлять алгоритм действий. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Выдвижение гипотез. Извлечение необходимой информации коммуникативные: умение с достаточной полнотой выражать свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества. Аргументация своего мнения и позиция в коммуникации.
6	Что такое физическое здоровье. Значение физической культуры для здоровья человека .
7	Закаливание как способ тренировки организма. Правила личной гигиены.
8	Правила рационального питания.
9	О жирах, белках и углеводах.
10	Проблемы экологии питания.
11	Поговорим о диете.
12	Повторение и обобщение по теме «Физическое здоровье и правильное питание»
13	Показатели психического здоровья и нездоровья.
14	Человек и мир звуков: влияние городской экологии на здоровье
15	Что определяет социальное здоровье человека.
16	Учение-социально важная деятельность.
17	Что такое репродуктивное здоровье?
18	Риски старшего подросткового возраста.
19	Повторение и обобщение по темам « Виды здоровья человека».
Тема 4 .Опасности,подстерегающие нас в повседневной жизни(9 часов)	
Характеристика деятельности учащихся: Расширение представлений учащихся о причинах пожаров в быту и правилах поведения при пожарах. Воспитание осторожности, способности предвидеть последствия своих действий.	
личностные: Формирование коммуникативной компетентности в обращении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности	
регулятивные: целеполагание, планирование, самоконтроль, самооценка.	
познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать, самостоятельно составлять алгоритм действий. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Выдвижение гипотез. Извлечение необходимой информации	
коммуникативные: умение с достаточной полнотой выражать свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества.	
20	Причины и последствия пожаров.
21	Средства пожаротушения
22	Правила пользования пиротехникой.
23	Организация эвакуации из горящего здания. Помощь при ожогах.

24	Если произошло отравление газом. Первая медпомощь
25	Бытовая химия: безопасность использования. Первая медпомощь
26	Правила поведения при заливе квартиры
27	Опасное электричество.
28	Повторение и обобщение по темам « Чрезвычайные ситуации в быту».
<p>Тема 5. Разумная предосторожность(2 часа)</p> <p>Характеристика деятельности учащихся: Развитие предосторожности при общении с незнакомыми людьми. Формирование представлений о правилах поведения в местах скопления людей.</p> <p>личностные:Формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде.</p> <p>регулятивные:целеполагание, планирование, самоконтроль, коррекция, самооценка.</p> <p>познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Извлечение необходимой информации.</p> <p>коммуникативные:умение с достаточной полнотой выражать свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества.</p>	
29	Как выбрать место для отдыха.
30	Как вести себя на улице, лифте и на лестнице. Самооборона.
<p>Тема 6. Опасные игры (4 часа)</p> <p>Характеристика деятельности учащихся:Формирование способности предвидеть опасности в незнакомой природной и социальной среде</p> <p>личностные:формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде</p> <p>регулятивные:целеполагание, планирование, самоконтроль, коррекция, самооценка.</p> <p>познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать, самостоятельно составлять алгоритм действий. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Выдвижение гипотез. Извлечение необходимой информации.</p> <p>коммуникативные:умение с достаточной полнотой выражать свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества.</p>	
31	Что скрывает карьер. Неразорвавшиеся снаряды.
32	Экстремальные виды спорта и развлечений
33	Способность предвидеть последствия своего поведения
34	Итоговая контрольная работа по курсу ОБЖ за 7 класс

**Тематическое планирование
по основам безопасности жизнедеятельности в 8 классе**

№	Наименование раздела и темы урока
Тема 1. Современная семья как институт воспитания (7 часов)	
<p>Характеристика деятельности учащихся: Формирование мотивации изучения предмета ОБЖ, важность его для ориентации в различных жизненных ситуациях.</p> <p>Учебные универсальные действия:</p> <p>личностные: Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества</p> <p>регулятивные: целеполагание, планирование, самоконтроль, самооценка.</p> <p>познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать, самостоятельно составлять алгоритм действий. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Выдвижение гипотез. Извлечение необходимой информации.</p> <p>коммуникативные: умение с достаточной полнотой выражать свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества. Аргументация своего мнения и позиция в коммуникации.</p>	
1	Типы современной семьи.
2	Функции семьи.
3	Условия благополучия в семье.
4	Демократический стиль взаимоотношений в семье, уважение к личности ребёнка.
5	Семья и здоровье детей.
6	Социальные (общественные) институты и организации, участвующие в охране жизни и здоровья граждан.
7	Репродуктивное здоровье
Тема 2. Современный транспорт и безопасность(10 часов)	
<p>Характеристика деятельности учащихся: Формирование характеристики понятия «здоровый образ жизни», развитие мотивации- стремления к физическому и социальному здоровью.</p> <p>личностные: Формирование понимания ценности безопасного образа жизни.</p> <p>регулятивные: целеполагание, планирование, самоконтроль, самооценка.</p> <p>познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать, самостоятельно составлять алгоритм действий. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Выдвижение гипотез. Извлечение необходимой информации</p> <p>коммуникативные: умение с достаточной полнотой выражать свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества. Аргументация своего мнения и позиция в коммуникации.</p>	
8	Транспорт в современном мире.
9	Чрезвычайные ситуации на дорогах.
10	Причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.
11	Помощь пострадавшим при ДТП
12	Метро — транспорт повышенной опасности.

13	Авиакатастрофы
14	Правила поведения пассажиров на борту авиалайнера.
15	Особенность железнодорожного транспорта.
16	Правила поведения при крушении поезда, возникновении пожара.
17	Обобщающее повторение по теме «Современный транспорт и безопасность»
Тема 3 .Безопасный туризм(17часов)	
<p>Характеристика деятельности учащихся: Расширение представлений учащихся понятий «туризм» и «безопасный туризм». Воспитание осторожности, способности предвидеть последствия своих действий.</p> <p>личностные:Формирование коммуникативной компетентности в обращении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности</p> <p>регулятивные:целеполагание, планирование, самоконтроль, самооценка.</p> <p>познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать, самостоятельно составлять алгоритм действий. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Выдвижение гипотез. Извлечение необходимой информации</p> <p>коммуникативные:умение с достаточной полнотой выражать свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества.</p>	
18	Виды активного туризма
19	Обеспечение безопасности в туристических походах.
20	Движение по туристскому маршруту.
21	Правила безопасности в туристическом походе.
22	Требования к составлению графика движения туристской группы.
23	Групповое снаряжение
24	Преодоление естественных препятствий
25	Обеспечение безопасности при выборе места для бивака.
26	Если турист отстал от группы
27	Подготовка к водному туристскому походу.
28	Подготовка к водному туристскому походу.
29	Обеспечение безопасности в водном туристском походе.
30	Узлы в туристском походе.
31	Сигналы бедствия
32	Обобщающее повторение.
33	Итоговое проверочная работа
34	Обобщающее повторение за курс "ОБЖ" 8 класс

**Тематическое планирование
по основам безопасности жизнедеятельности в 9 классе**

№	Наименование раздела и темы урока
Тема 1. Когда человек сам себе враг (8 часов)	
<p>Характеристика деятельности учащихся: Знать когда человек сам создаёт проблемы для своего здоровья. При каких обстоятельствах человек сам себе враг.</p> <p>личностные: формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде</p> <p>регулятивные: целеполагание, планирование, самоконтроль, самооценка.</p> <p>познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать, самостоятельно составлять алгоритм действий. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Выдвижение гипотез. Извлечение необходимой информации.</p> <p>коммуникативные: умение с достаточной полнотой выражать свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества. Аргументация своего мнения и позиция в коммуникации.</p>	
1	Почему курят подростки?
2	Чем опасен сигаретный дым.
3	Влияние курения на растущий организм
4	Алкоголь и здоровье. Отношение школьников к употреблению спиртных напитков.
5	Воздействие алкоголя на организм человека. Первая помощь при отравлении алкоголем.
6	Что такое наркотики и наркомания?
7	Воздействие наркотиков на организм человека. Токсикомания
8	Обобщающее повторение по теме «Когда человек сам себе враг»
Тема 2. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера(16 часов)	
<p>Характеристика деятельности учащихся: формирование определения чрезвычайной ситуации. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».</p> <p>личностные: Формирование понимания ценности безопасного образа жизни.</p> <p>регулятивные: целеполагание, планирование, самоконтроль, самооценка.</p> <p>познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать, самостоятельно составлять алгоритм действий. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Выдвижение гипотез. Извлечение необходимой информации</p> <p>коммуникативные: умение с достаточной полнотой выражать свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества. Аргументация своего мнения и позиция в коммуникации.</p>	
9	Определение чрезвычайной ситуации. Классификация чрезвычайных ситуаций.
10	Система оповещения. Общие правила эвакуации.
11	Что такое землетрясение, его признаки. Правила поведения во время землетрясения.
12	Извержение вулкана. Поведение во время извержения вулкана.

13	Что такое сели и оползни. Поведение при угрозе схода селей, снежных лавин и оползней.
14	Ураганы, бури, смерчи, цунами, чем они опасны. Поведение при угрозе их приближения.
15	Причины возникновения наводнений. Действия перед наводнением и при наводнении.
16	Природные пожары, их причины.
17	Виды лесных пожаров. Действия при лесном пожаре.
18	Обобщающее повторение.
19	Причины и виды техногенных ЧС.
20	Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения.
21	Аварии с утечкой химических и радиоактивных веществ.
22	Аварии на гидродинамических объектах.
23	Правила поведения при авариях различного вида
24	Обобщающее повторение по теме «Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера»
<p>Тема 3 .Чрезвычайные ситуации социального характера(10 часов)</p> <p>Характеристика деятельности учащихся: Расширение представлений учащихся понятий «экстремизм» и «терроризм»; Воспитание осторожности, способности предвидеть последствия своих действий.</p> <p>личностные:Формирование коммуникативной компетентности в обращении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности</p> <p>регулятивные:целеполагание, планирование, самоконтроль, самооценка.</p> <p>познавательные: рассуждать, сравнивать, сопоставлять, анализировать, обобщать, самостоятельно составлять алгоритм действий. Контроль и оценка процесса и результата действий, постановка и решение проблем. Выдвижение гипотез. Извлечение необходимой информации</p> <p>коммуникативные:умение с достаточной полнотой выражать свои мысли, формулировать свои затруднения, планирование учебного сотрудничества.</p>	
25	Что такое экстремизм и терроризм.
26	Как снизить угрозу теракта.
27	Правила поведения во время взрыва и после него.
28	Взятие в заложники и правила поведения в этом случае.
29	Особенности проведения специальных операций.
30	Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму.
31	Что такое национальная безопасность Российской Федерации.
32	Условия обеспечения национальной безопасности в Российской Федерации
33	Итоговое проверочная работа

