

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Хабаровского края

МБОУ СОШ сельского поселения «Село Новый Мир»

РАССМОТРЕНО
Педагогическим советом

Протокол №1

от "29" 08 2022 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УМР

_____ Воронина Г.С.

от "30" 08 2022 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ СОШ с.п.
"Село Новый Мир"

_____ Зверев Р.А.



Рабочая программа

учебного предмета

«ОБЖ»

Для 5 – 9 класса основного общего образования

на 2022-2023 учебный год

Составитель: Геманова И. А.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ООО, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации №1897 от 17.12.2010г. (с изменениями и дополнениями от 29.12.2014г, 31.12.2015г), в соответствии с приказами Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.12.2018 №345 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, концепции духовно-нравственного воспитания и развития личности гражданина России, авторской программы по пред. Н.Ф.Виноградовой., планируемых результатов основного общего образования и ориентирована на работу по **учебно – методическому комплексу:**

1. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-9 классы: программа/подред. Н.Ф.Виноградовой.- Москва: Вентана-Граф, 2019.
2. Виноградова Н.Ф. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-7 классы: учебник/Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В.Сидоренко и др. – 5-е издание, стереотипное – М.: Вентана-Граф, 2019 год.
3. Виноградова Н.Ф. Основы безопасности жизнедеятельности: 8-9 классы: учебник/Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В.Сидоренко и др. – 4-е издание, стереотипное – М.: Вентана-Граф, 2020 год
3. Виноградова Н.Ф. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-6 классы: методическое пособие / Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В. Сидоренко и др. – 3-е издание, испр. и дораб. – М.: Вентана -Граф, 2019 год.

Цель:

1. Формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих.
2. Развитие навыков сохранения жизни и здоровья в не-благоприятных, угрожающих жизни условиях, умений оказывать своевременную и грамотную помощь себе и другим пострадавшим.
3. Воспитание способности к самоконтролю, самооценке поведения в ситуациях, которые могут стать опасными для жизни и здоровья окружающих, развитие умения предвидеть последствия своего (чужого) поведения.
4. Воспитание организованности, дисциплинированности, стремления к самосовершенствованию, физическому и духовно-нравственному развитию.

Задачи:

1. Сформировать у учащихся сознательное и ответственное отношение к личной безопасности, безопасности окружающих;
2. Развивать способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных и угрожающих жизни условиях и умения адекватно реагировать на различные опасные ситуации с учётом своих возможностей;
3. Формировать у учащихся антиэкстремистское и антитеррористическое поведение, отрицательное отношение к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков.

Место курса в учебном плане

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования и Примерной основной образовательной программой основного общего образования учебный план для обязательного изучения включен предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» в 8 – 9 классах. На его изучение отводится 1 час в неделю, т.е. за два года обучения – 70 часов (по 35 часов на каждый год обучения). С учётом особенностей региона, его природных условий, географического положения, плотности населения, наличия промышленных объектов, которые представляют потенциальную опасность для возникновения чрезвычайных ситуаций МБОУ СОШ сельского поселения «Село Новый Мир» увеличила количество часов и организовала изучение данного предмета, начиная с 5 класса.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личностные результаты:

1. Усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
2. Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
3. Усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед родиной;
4. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе;
5. Мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных интересов;
6. Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
7. Формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
8. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
9. Развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирования нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
10. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
11. Формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во

все её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;

12. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

13. Формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

14. Результатами изучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в классе является формирование универсальных учебных действий.

Регулятивные УУД:

1. 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;

2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

3. 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;

4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;

5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

6. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналоги, 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;

7. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

8. 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;

9. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

10. Освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказания первой помощи пострадавшим;

11. Формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять

различныесоциальныероливо времяиприликвидациипоследствийчрезвычайных ситуаций.

ПознавательныеУУД:

1. Анализировать,сравнивать,классифицироватьиобобщатьфактыиявления,выявлятьпричиныи следствия простыхявлений.
2. Осуществлятьсравнение,классификацию,самостоятельновыбираяоснованияикритериидляуказанныхлогическихопераций;строитьклассификациюнаосноведихотомическогоделения (на основеотрицания).
3. Строитьлогическоеерассуждение,включающееустановлениепричинно-следственныхсвязей.
4. Создаватьсхематическоемоделисвыделениемсущественныххарактеристикобъекта.
5. Составлятьтезисы,различныевидыпланов(простых,сложныхит.п.),преобразовывать информацию из одноговидавдругой.
6. Уметьопределятьвозможныеисточникинеобходимыхсведений,производитьпоискиинформации,анализировать и оценивать еедостоверность.
7. Подготовкакраткихсообщенийиспользованиеместественнонаучнойлексикиииллюстративного материала (в том числе компьютерной презентации в поддержку устноговыступления);
8. Использованиедополнительныхисточниковинформации;
9. Выдвижениеипотезынаосновежитейскихпредставленийилиизученныхзакономерностей.

КоммуникативныеУУД:

1. Самостоятельноорганизовыватьучебноевзаимодействиевгруппе;
2. Оценка собственного вклада в деятельность группысотрудничества;самооценка уровняличныхучебных достиженийпопредложенномуобразцу;
3. Корректноеведениеучебногодиалогаприработевмалойгруппе сотрудничества.

Предметныерезультаты:

Основы комплексной безопасности

Выпускникнаучится:

1. Классифицироватьиописыватьпотенциальноопасныебытовыеситуациииобъектыэкономики,расположенныеврайонепроживания;чрезвычайныеситуацииприродногоитехногенногохарактера, наиболеевероятныедлярегионапроживания;
2. Анализировать и характеризовать причины возникновения различных опасных ситуаций вповседневнойжизниихпоследствия,втомчислевозможныепричиныипоследствияпожаров, дорожно-транспортных происшествий (ДТП), загрязнения окружающей природнойсреды, чрезвычайныхситуацийприродногоитехногенногохарактера;
3. Выявлять и характеризовать роль и влияние человеческого фактора в возникновении опасныхситуаций,обосновыватьнеобходимостьповышенияуровнякультурыбезопасностижизнедеятельности населения

страны в современных условиях;

4. Формировать модель личного безопасного поведения по соблюдению правил пожарной безопасности в повседневной жизни; по поведению на дорогах в качестве пешехода, пассажира и водителя велосипеда, по минимизации отрицательного влияния на здоровье неблагоприятной окружающей среды;

5. Разрабатывать личный план по охране окружающей природной среды в местах проживания; план самостоятельной подготовки к активному отдыху на природе и обеспечению безопасности отдыха; план безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций с учётом особенностей обстановки в регионе;

6. Руководствоваться рекомендациями специалистов в области безопасности по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Выпускник получит возможность научиться:

1. Систематизировать основные положения нормативно-правовых актов Российской Федерации в области безопасности и обосновывать их значение для обеспечения национальной безопасности России в современном мире; раскрывать на примерах влияние последствий чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера на национальную безопасность Российской Федерации;

2. Прогнозировать возможность возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций по их характерным признакам;

3. Характеризовать роль образования в системе формирования современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности населения страны;

4. Проектировать план по повышению индивидуального уровня культуры безопасности жизнедеятельности для защищённости личных жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз.

Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Выпускник научится:

1. Характеризовать в общих чертах организационные основы по защите населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; объяснять необходимость подготовки граждан к защите Отечества; устанавливать взаимосвязь между нравственной и патриотической проекцией личности и необходимостью обороны государства от внешних врагов;

2. Характеризовать РСЧС: классифицировать основные задачи, которые решает РСЧС по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; обосновывать предназначение функциональных и территориальных подсистем РСЧС; характеризовать силы и средства, которыми располагает РСЧС для защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

3. Характеризовать гражданскую оборону как составную часть системы обеспечения национальной безопасности России: классифицировать основные задачи, возложенные на гражданскую оборону по защите населения РФ от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; различать факторы, которые определяют развитие гражданской обороны в современных условиях; характеризовать и

обосновывать основные обязанности граждан РФ в области гражданской обороны;

4. Характеризовать МЧС России: классифицировать основные задачи, которые решает МЧС России по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; давать характеристику силам МЧС России, которые обеспечивают немедленное реагирование при возникновении чрезвычайных ситуаций;

5. Характеризовать основные мероприятия, которые проводятся в РФ, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;

6. Анализировать систему мониторинга и прогнозирования чрезвычайных ситуаций и основные мероприятия, которые она в себя включает;

7. Описывать основные задачи системы инженерных сооружений, которая существует в районе проживания, для защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

8. Описывать существующую систему оповещения населения при угрозе возникновения ЧС;

9. Анализировать мероприятия, принимаемые МЧС России, по использованию современных технических средств для информации населения о чрезвычайных ситуациях;

10. Характеризовать эвакуацию населения как один из основных способов защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; различать виды эвакуации; составлять перечень необходимых личных предметов на случай эвакуации;

11. Характеризовать аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения как совокупность первоочередных работ в зоне чрезвычайной ситуации;

12. Анализировать основные мероприятия, которые проводятся при аварийно-спасательных работах в очагах поражения;

13. Описывать основные мероприятия, которые проводятся при выполнении неотложных работ;

14. Моделировать свои действия по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях в районе проживания при нахождении в школе, на улице, в общественном месте (в театре, библиотеке и др.), дома.

Выпускник получит возможность научиться:

1. Формулировать основные задачи, стоящие перед образовательным учреждением, по защите обучающихся и персонала от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;

2. Подбирать материал и готовить занятие на тему «Основные задачи гражданской обороны по защите населения от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени»;

3. Обсуждать тему «Ключевая роль МЧС России в формировании культуры безопасности жизнедеятельности населения Российской Федерации»;

4. Различать инженерно-технические сооружения, которые используются в районе проживания, для защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера, классифицировать их по назначению и защитным свойствам.

Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

Выпускник научится:

1. Негативно относиться к любым видам террористической и экстремистской деятельности;
2. Характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьезную угрозу личности, обществу и национальной безопасности России;
3. Анализировать основные положения нормативно-правовых актов РФ по противодействию терроризму и экстремизму и обосновывать необходимость комплекса мер, принимаемых в РФ по противодействию терроризму;
4. Воспитывать у себя личные убеждения и качества, которые способствуют формированию антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления;
5. Обосновывать значение культуры безопасности жизнедеятельности в противодействии идеологии терроризма и экстремизма;
6. Характеризовать основные меры уголовной ответственности за участие в террористической и экстремистской деятельности;
7. Моделировать последовательность своих действий при угрозе террористического акта.

Выпускник получит возможность научиться:

1. Формировать индивидуальные основы правовой психологии для противостояния идеологии насилия;
2. Формировать личные убеждения, способствующие профилактике вовлечения в террористическую деятельность;
3. Формировать индивидуальные качества, способствующие противодействию экстремизму и терроризму;
4. Использовать знания о здоровом образе жизни, социальных нормах и законодательстве для выработки осознанного негативного отношения к любым видам нарушений общественного порядка, употреблению алкоголя и наркотиков, а также к любым видам экстремистской и террористической деятельности.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Выпускник научится:

1. Характеризовать здоровый образ жизни и его основные составляющие как индивидуальную систему поведения человека в повседневной жизни, обеспечивающую совершенствование его духовных и физических качеств; использовать знания о здоровье и здоровом образе жизни как средство физического совершенствования;
2. Анализировать состояние личного здоровья и принимать меры по его сохранению, соблюдать нормы и правила здорового образа жизни для сохранения и укрепления личного здоровья;
3. Классифицировать знания об основных факторах, разрушающих здоровье; характеризовать факторы, потенциально опасные для здоровья (вредные привычки, ранние половые связи, допинги др.), и их возможные последствия;
4. Систематизировать знания о репродуктивном здоровье как единой составляющей здоровья личности и общества; формировать личные качества, которыми должны обладать молодые люди, решившие вступить в брак;
5. Анализировать основные демографические процессы в Российской Федерации; описывать и комментировать основы семейного

законодательства в Российской Федерации; объяснять роль семьи в жизни личности и общества, значение семьи для обеспечения демографической безопасности государства.

Выпускник получит возможность научиться:

1. Использовать здоровьесберегающие технологии (совокупность методов и процессов) для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, в том числе его духовной, физической и социальной составляющих.

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Выпускник научится:

1. Характеризовать различные повреждения и травмы, наиболее часто встречающиеся в быту, и их возможные последствия для здоровья;
2. Анализировать возможные последствия неотложных состояний в случаях, если не будет своевременно оказана первая помощь;
3. Характеризовать предназначение первой помощи пострадавшим; классифицировать средства, используемые при оказании первой помощи; соблюдать последовательность действий при оказании первой помощи при различных повреждениях, травмах, наиболее частотных в быту; определять последовательность оказания первой помощи и различать её средства в конкретных ситуациях;

4. Анализировать причины массовых поражений в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера и систем умеренной защиты населения в условиях чрезвычайных ситуаций и минимизации массовых поражений; выполнять в паре/втроём приёмы оказания само- и взаимопомощи в зоне массовых поражений.

Выпускник получит возможность научиться:

1. Готовить и проводить занятия по обучению правилам оказания само- и взаимопомощи при наиболее часто встречающихся в быту повреждениях и травмах.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

5 класс

Введение

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».

Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя

Особенности организма человека. Организм человека как единое целое. Функции разных систем органов тела. Почему нужно знать свой организм. Укрепление нервной системы, тренировка сердца, дыхательной системы. Принципы рационального питания. Первая помощь при отравлении и пищевой аллергии.

Здоровье органов чувств. Охрана органов чувств. Первая помощь при попадании в глаза инородного тела.

Как вести здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье. Организованность издоровье. Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши).

Движение – это жизнь. Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.

Закаливание как условие сохранения и укрепления здоровья. Правила закаливания младшего подростка.

Компьютер и здоровье. Правила безопасного пользования компьютером. Виды занятий, снимающих утомление.

Мой безопасный дом

Безопасный дом. Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры, мытья посуды. Животные и насекомые, распространяющие инфекцию (мыши, тараканы, клопы). Техника безопасности в доме. Первая помощь при ушибах, отравлении химическими веществами (парами клея, краски, газом) и поражении электрическим током.

Школьная жизнь

Выбор пути: безопасная дорога в школу. Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения. Дорожное движение в населённом пункте и за городом. Безопасная дорога. Выбор безопасного пути в школу. Правила поведения на дорогах и улицах. Оценка пешеходом дорожной ситуации. «Дорожные ловушки» – способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций. Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира в разных видах транспорта.

Правила поведения в школе. Общие правила поведения в школьном помещении и во дворе школы. Поведение на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой. Может ли общение привести к беде. Первая помощь при сотрясении мозга, ушибах и кровотечениях. Помощь заболевшему ребёнку.

Ориентирование в школьных помещениях. Меры предупреждения пожаров, правила эвакуации при пожаре. Помощь при отравлении угарным газом и при ожогах.

Практически работы

Измерение пульса, проверка выносливости; тренировка дыхательной системы; проверка степени загрязнения воды; анализ режима питания; овладение приёмами тренировки глаз; проверка уровня физической подготовки учащегося; составление программы закаливания; освоение правил пользования компьютером; выбор безопасного маршрута от дома до школы; оценка дорожной обстановки; освоение правил дорожного движения; выбор правильного решения в конфликтной ситуации; эвакуация из здания школы; действия при пожаре в школе

Проектная деятельность по теме «Органы чувств человека».

6 класс

Содержание курса «Основы безопасности жизнедеятельности» Введение

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».

На игровой площадке

Подготовка к прогулке. Выбор одежды и обуви с учётом погоды и планируемых подвижных игр.

Меры безопасности при использовании качелей, игровым оборудованием на площадке, при езде на велосипеде. Зимние игры, безопасность при езде на санках-ледянках. Первая помощь при переломах и вывихах. Поиск подростками «приключений»: оправдан ли риск.

Животные на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой. Первая помощь при укусе собаки.

На природе

Ориентирование на местности.

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

Опасности, которые могут встретиться во время прогулок. Общие правила поведения во время экскурсий на природу. Правила поведения в экстремальных ситуациях (при потере ориентиров на незнакомой местности и др.). Опасные встречи (животные, насекомые, змеи). Первая помощь при укусе насекомого, змеи. Правила поведения на водоёмах. Выбор и оценка места для купания. Первая помощь при судорогах, солнечном ударе, утоплении. Оценка состояния льда в осеннее и весеннее время. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные преграды.

Туристический поход: радость без неприятностей

Правила организации безопасного туристического похода. Подготовка к походу: сбор снаряжения, продуктов. Одежда и обувь для похода. Правила упаковки рюкзака. Спальный мешок.

Режим дня в туристическом походе. Правила организации режима дня путешественника: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий и игр.

Первая помощь при потёртостях кожи, пищевых отравлениях, ожогах. Походная аптечка.

Лечебные травы.

Когда человек сам себе враг

При каких обстоятельствах человек сам себе враг. Вредные привычки и пагубные последствия курения и употребления алкоголя для растущего организма.

Практические работы

Оказание первой помощи при лёгких травмах; оказание первой помощи при переломах; оценка поведения собаки; выбор ориентиров на местности; ориентирование на местности по компасу; определение сторон света по Солнцу и часам; определение сторон света по местным приметам; измерение расстояния шагами; оказание доврачебной помощи при укусах насекомых и змей; обучение приёмам искусственного дыхания; составление режима для многодневного туристического похода; определение отличительных признаков ядовитых грибов.

Проектная деятельность по темам «Курить – здоровью вредить», «Экскурсия в природу»

7 класс

Введение. Основы безопасности жизнедеятельности.

Проблема здорового образа жизни. Как её решали в древности. Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ.

Здоровый образ жизни. Что это?

Что такое здоровый образ жизни. Слагаемые здоровья. Что такое физическое здоровье. Значение физической культуры для здоровья человека. Хорошее физическое состояние обеспечивает здоровье и эмоциональное благополучие человека.

Закаливание как способ тренировки организма. Правила личной гигиены.

Правила рационального питания, соблюдение которых позволяет поддерживать здоровье. Белки – строительный материал для организма; углеводы и жиры – источник энергии для организма. Продукты питания как экологический фактор. Питание и болезни. Диета.

Психическое здоровье – эмоциональное благополучие человека. Способность управлять эмоциями, спокойно решать возникающие проблемы. Использование релаксационных упражнений как средства регулирования своего эмоционального состояния, развития способности «властвовать собой». Воздействие шумов на организм человека. Компьютер и здоровье. Информационная безопасность. Человек – социальное существо, член общества. Социальная среда – обязательное условие развития человека. Отношения с окружающими людьми – показатель социального здоровья человека. Общение – ценная деятельность человека. Учение – социально важная деятельность, обеспечивающая прогресс общества. Круг интересов человека. Фанаты и поклонники.

Репродуктивное здоровье – способность человека воспроизводить потомство. Половое созревание – особенность подросткового и юношеского возраста. Подготовка организма к деторождению. Чистота тела – одно из условий репродуктивного здоровья. Риски старшего подросткового возраста

Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни

Пожар – чрезвычайная ситуация. Причины пожаров. Поражающие факторы пожара. Правила пожарной безопасности. Безопасность во время праздничных фейерверков. Организация эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения. Помощь при ожогах. Залив жилища. Причины заливов помещений. Правила поведения при заливах.

Электричество при неправильном использовании может быть опасным. Правила пользования электроприборами. Оценка обстановки при электро травмах, первая помощь.

Правила пользования газовыми приборами. Первая помощь при отравлении бытовым газом. Правила безопасности при использовании бытовых химических

ей.

Досуг в городе; как и где лучше избегать. Как вести себя на улице. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении. Подручные средства самообороны. Места, где играть запрещено. Опасности, которые скрывает карьер. Экстрим в игре и спорте. Неразорвавшиеся боеприпасы.

Итоговое контрольное тестирование

Итоговое повторение и обобщение

8 класс

Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе

Ядовитые растения нашей местности, их влияния на здоровье человека. Правила сбора грибов, которые помогут избежать отравления. Поведение в лесу при встречах с опасными животными. Гроза в лесу.

Водоём зимой и летом. Причины возникновения опасных ситуаций на воде. Действия в неожиданных ситуациях. Выполнение правил поведения при купании. Умения отдыхать на воде. Правила катания на лодке. Помощь утопающему. Приёмы проведения искусственного дыхания. Правила поведения на льду.

Современный транспорт и безопасность

Транспорт в современном мире. Виды транспортных средств. Негативное воздействие транспорта на природу. Чрезвычайные ситуации на дорогах. Причины и последствия дорожно-транспортных происшествий, поведение их участников, помощь пострадавшим.

Метро – транспорт повышенной опасности. Возможные опасные ситуации, связанные с метро. Правила поведения в метро.

Правила поведения пассажиров на борту авиалайнера. Нестандартные ситуации в время полёта. Меры предосторожности при ухудшении самочувствия в время полёта.

Особенность железнодорожного транспорта. Правила поведения при крушении поезда, при возникновении в вагоне пожара.

Безопасный туризм

Виды активного туризма: пеший, водный, лыжный, горный, конный, парусный, вело-, спелео-, авто-, мото- и другие опасности, подстерегающие туриста. Обязанности туриста в туристской группе. Зависимость безопасности туристского похода от подготовленности каждого туриста и всей туристской группы. Объективные трудности турпохода. Субъективные трудности турпохода. Движение по туристскому маршруту. Правила безопасности в туристском походе.

Преодоление естественных препятствий. Рациональное распределение группового снаряжения между участниками похода. Требования к составлению графика движения туристской группы. Туризм и экология окружающей среды. Обеспечение безопасности при переправах через реки. Способы переправы через водотоки (реки): «вброд», «на плавсредствах», «надводой», «вплавь», «польду». Алгоритм проведения разведки перед преодолением естественного препятствия.

Распределение ролей между участниками похода при организации переправ. Если турист отстал от группы... Алгоритм (правила) обеспечения собственной безопасности туриста, который оказался в лесу один (отстал от группы). Состав индивидуального аварийного набора туриста. Действия туристской группы в ЧС по организации поиска туриста, отставшего от группы. Основные правила безопасности при выборе места для организации bivouак туристской группы.

Требования безопасности к бивуаку туристской группы при организации вынужденной остановки на ночь. Типы костров, используемых в туризме, и их назначение. Правила разведения костров. Подготовка к водному туристскому походу. Правила безопасного поведения в водном походе. Требования к специальному личному туристскому снаряжению в водном походе. Правила безопасности в путешествиях с использованием плавсредств. Узлы в туристском походе. Функции, свойства и особенности узлов, используемых туристами в путешествиях. Требования к узлам, продиктованные практикой их применения в походных условиях. Положительные качества и недостатки разных видов узлов, используемых в походах.

Итоговое контрольное тестирование

Итоговое повторение и обобщение

9 класс

Когда человек сам себе враг

Почему курят подростки? Чем опасен сигаретный дым? Влияние курения на растущий организм. Алкоголь и здоровье. Отношение школьников к употреблению спиртных напитков. Воздействие алкоголя на организм человека. Психологическая готовность к неприятию алкоголя. Первая помощь при отравлении алкоголем. Что такое наркотики и наркомания? Воздействие наркотиков на организм человека. Токсикомания

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

Определение чрезвычайной ситуации. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера». Классификация чрезвычайных ситуаций. Система оповещения. Общие правила эвакуации.

Что такое землетрясение. Степень воздействия сейсмических волн. Прогнозирование землетрясений. Признаки землетрясения. Правила поведения во время землетрясения. Извержение вулкана – грозное стихийное явление.

Признаки начала извержения. Поведение во время извержения вулкана.

Что такое сели и оползни. Причины их образования. Поведение при угрозе схода селей, снежных лавин и оползней.

Что такое ураганы, бури, смерчи, цунами, чем они опасны. Поведение при угрозе их приближения.

Причины возникновения наводнений. Меры по предупреждению последствий наводнений. Эвакуация перед наводнением и во время его. Действия перед наводнением и при наводнении.

Природные пожары, их причины. Виды лесных пожаров. Действия при лесном пожаре. Причины и виды техногенных ЧС. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения. Аварии с утечкой химических и радиоактивных веществ.

Аварии на гидродинамических объектах. Правила поведения при авариях различного вида

ЧС социального характера. Национальная безопасность РФ.

Что такое экстремизм и терроризм. Правила поведения во время взрыва и после него. Взятие заложников и правила поведения. Государственная политика противодействия экстремизму и терроризму в России. Законодательство РФ о противодействии экстремизму и терроризму.

Особенности проведения спецопераций. Что такое национальная безопасность Российской Федерации. Условия обеспечения национальной безопасности в Российской Федерации

Итоговое контрольное тестирование

Итоговое повторение и обобщение

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Тема	Количество часов
5 класс		
1	Введение	1
2	Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя	19
3	Мой безопасный дом	4
4	Школьная жизнь	11
ИТОГО		35
6 класс		
1	Введение	1
2	На игровой площадке	4

3	На природе	12
4	Туристический поход	9
5	Когда человек сам себе враг	8
ИТОГО		35
7 класс		
1	Введение. Основы безопасности жизнедеятельности	2
2	Здоровый образ жизни	14
3	Разумная предосторожность. Опасные игры	16
4	Итоговое контрольное тестирование за 7 класс	1
5	Итоговое повторение и обобщение	1
ИТОГО		35
8 класс		
1	Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе	7
2	Современный транспорт и безопасность	10
3	Безопасный туризм	14
4	Итоговое контрольное тестирование за 8 класс	1
5	Итоговое повторение и обобщение	2
ИТОГО		35
9 класс		
1	Когда человек сам себе враг	7
2	ЧС природного и техногенного характера, классификация и характеристика	15
3	Противодействие экстремизму и терроризму	7
4	Национальная безопасность Российской Федерации	2
5	Итоговое контрольное тестирование за 9 класс	1
6	Итоговое повторение и обобщение	2
ИТОГО		34

5 класс

Тема	Содержание урока	Характеристика основных видов учебной деятельности учащихся	Основные направления воспитательной деятельности
Введение	Необходимость изучения предмета ОБЖ. Символическое изображение правил ОБЖ	<p><i>Анализировать</i> информацию, представленную в тексте учебника.</p> <p><i>Оценивать</i> проблемные ситуации.</p> <p><i>Анализировать</i> и <i>характеризовать</i> знаки-символы ОБЖ</p>	1.6, 5.1, 5.2, 5.3
Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя	Организм человека как единое целое. Функции разных систем органов тела. Почему нужно знать свой организм. Укрепление нервной системы, тренировка сердца, дыхательной системы. Принципы рационального питания. Первая помощь при отравлении и пищевой аллергии	<p><i>Актуализация</i> имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».</p> <p><i>Оценивать</i> выполнение тестовых заданий (самоконтроль).</p> <p><i>Совместная деятельность в парах</i>: уметь объяснить правила взаимодействия при решении учебной задачи. <i>Участвовать</i> в учебном диалоге «Укрепляем нервную систему».</p> <p><i>Практическая деятельность</i>: измерять пульс; дыхательные упражнения. <i>Читать</i> и <i>анализировать</i> текст учебника «Рациональное питание – что это такое?».</p> <p><i>Участвовать</i> в диалоге по теме. <i>Анализировать</i> схему</p>	3.4, 5.1, 5.2, 5.3

		(пирамиду)сбалансированногопитания. <i>Оценивать</i> проблемные ситуации «Как мы питаемся». <i>Практическая деятельность:</i> составить меню для подростка. <i>Анализировать</i> информацию об оказании первой помощи при отравлении (работа с рубрикой «Медицинская страничка»)	
Здоровье органов чувств	Правила бережного отношения органов чувств	<i>Оценивать</i> выполнение тестовых заданий (самоконтроль). <i>Практическая работа:</i> выполнять гимнастику для глаз. <i>Анализировать</i> информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка»	3.4, 5.1, 5.2, 5.3
Здоровый образ жизни	Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье. Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши)	<i>Анализировать</i> диаграмму «Что влияет на здоровье». <i>Оценивать</i> своё состояние (анализ ответа на вопрос теста). <i>Учебный диалог</i> (обсудим вместе): анализировать жизненные ситуации. <i>Совместная деятельность в парах:</i> оценивать «вредные» советы. <i>Совместная деятельность в группах:</i> составить памятки «Правила личной гигиены». <i>Работа с информацией,</i> представленной на медицинской страничке. <i>Анализировать</i> информацию, представленную в текстах учебника	3.4, 5.1, 5.2, 5.3, 6.3
Движение – это жизнь	Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности. Закаливание	<i>Практическая деятельность:</i> выполнять упражнения и игры в физкультурном зале. <i>Участковать учебном диалоге</i> «Что такое закаливание».	3.4, 5.1, 5.2, 5.3, 6.3

		<p><i>Практическая деятельность:</i> составлять программу закаливания.</p> <p><i>Анализировать</i> информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка»</p>	
Компьютер здоровье	Правила безопасного пользования компьютером. Виды занятий, снимающих утомление	<p><i>Проводить самоанализ самооценку поведения</i> и организации деятельности.</p> <p><i>Анализировать</i> информацию, представленную в тексте учебника.</p> <p><i>Практическая деятельность:</i> объяснять правила работы с компьютером.</p> <p><i>Совместная деятельность в парах:</i> анализировать иллюстративный материал по теме урока</p>	1.6, 3.4, 5.1, 5.2, 5.3
Мой безопасный дом	Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры и мытья посуды. Животные и насекомые, распространяющие инфекцию в доме (мыши, тараканы, клопы). Техника безопасности в доме. Первая помощь при ушибах, при отравлении клеем, его парами, газом и при поражении током	<p><i>Участвовать в учебном диалоге:</i> анализ высказываний.</p> <p><i>Работать с текстом учебника, формулировать вывод.</i></p> <p><i>Совместная деятельность в парах:</i> составлять план уборки квартиры, правила мытья посуды.</p> <p><i>Участвовать в учебном диалоге:</i> анализ текста и иллюстраций (техника безопасности).</p> <p><i>Анализировать</i> информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка»</p>	1.6, 5.1, 5.3, 6.3
Школьная жизнь. Выбор пути: безопасная дорога в школу	Школьная жизнь начинается с дороги. Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения. Дорожное движение в населённом пункте и за городом. Безопасная дорога. Выбор безопасного пути в школу. Правила поведения на дорогах и улицах. «Дорожные ловушки»:	<p><i>Выполнять самоанализ самооценку поведения</i> (на дорогах и улицах).</p> <p><i>Практическая деятельность:</i> правильно выбирать безопасные маршруты от дома до школы.</p> <p><i>Участвовать в учебном диалоге:</i> анализ жизненных ситуаций.</p> <p><i>Совместная деятельность в парах:</i> оценивать</p>	1.6, 3.4, 5.1, 5.3, 6.3

	<p>способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций. Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира в разных видах транспорта</p>	<p>информацию, представленную в иллюстрациях. <i>Практическая деятельность:</i> анализировать и обобщать информацию, представленную в иллюстрациях; характеризовать дорожные знаки. <i>Совместная деятельность в парах:</i> составить рассказ для младшего школьника. <i>Участвовать в учебном диалоге:</i> обсуждение ситуаций, связанных с «дорожными ловушками». <i>Совместная деятельность в группах:</i> анализировать иллюстративный материал</p>	
<p>Правила поведения в школе</p>	<p>Общие правила поведения в школьном помещении и во дворе школы. Поведение на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой. Безопасное общение. Первая помощь при сотрясении мозга, ушибах и кровотечениях. Помощь заболевшему ребёнку. Ориентирование в школьных помещениях. Меры предупреждения пожаров, правила эвакуации при пожаре. Помощь при травлении угарным газом и при ожогах</p>	<p><i>Анализировать</i> иллюстративный материал: актуализация имеющегося опыта. <i>Совместная деятельность в группах:</i> составлять памятку «Правила поведения в школе». <i>Участвовать в учебном диалоге</i> «Правила поведения в школе». <i>Выполнять самоконтроль и самооценку поведения</i> (ответы на вопросы). <i>Обсуждать</i> жизненные ситуации: поведение, которое может привести к беде. <i>Практическая деятельность:</i> анализировать ситуацию, связанную с общением, поиск правильного решения; язык мимики и жестов. <i>Оценивать</i> информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка». <i>Совместная деятельность в группах:</i> читать и изучать схему эвакуации при пожаре в школе. <i>Обсуждать текст:</i> правила поведения при пожаре</p>	<p>1.6, 3.4, 5.1, 5.3, 6.3</p>

6 класс

Тема	Содержание урока	Характеристика основных видов учебной деятельности учащихся	Основные направления воспитательной деятельности
Введение	Необходимость изучения предмета ОБЖ	<p><i>Анализировать</i> информацию, представленную в тексте учебника.</p> <p><i>Оценивать</i> проблемные ситуации</p>	1.6, 5.1, 5.2, 5.3
На игровой площадке	<p>Подготовка к прогулке. Выбор одежды и обуви с учётом погоды и планируемых подвижных игр.</p> <p>Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием на площадке, при езде на велосипеде. Зимние игры, безопасность при езде на санках, ледянках. Первая помощь при переломах и вывихах. Поиск подростками «приключений»: оправдан ли риск.</p> <p>Животные на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой. Первая помощь при укусе собаки</p>	<p><i>Читать</i> и <i>анализировать</i> текст учебника «Подготовка к прогулке», «Крылатые качели».</p> <p><i>Формулировать</i> правила безопасного обращения с качелями, велосипедом.</p> <p><i>Участвовать</i> в учебном диалоге: правила езды на велосипеде, роликовых коньках.</p> <p><i>Оценивать</i> информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка».</p> <p><i>Практическая деятельность</i>: уметь оказывать первую помощь при травмах.</p> <p><i>Читать</i> и <i>анализировать</i> текст «Собака не всегда друг».</p> <p><i>Участвовать</i></p>	1.6, 3.4, 5.1, 5.3, 6.3

		<p><i>в учебном диалоге:</i> анализ и оценка жизненных ситуаций (стоит ли рисковать).</p> <p><i>Практическая работа:</i> оценивать позы и мимику собаки; уметь оказывать первую помощь при укусе собаки.</p>	
На природе	Ориентирование на местности. Что такое ориентир. Ориентирование по компасу, солнцу и часам, Полярной звезде; местным признакам. Измерение расстояния на местности	<p><i>Практическая деятельность:</i> ориентироваться на местности; измерять расстояние на местности.</p> <p><i>Анализировать</i> правила поведения в лесу («Если ты заблудился»)</p>	1.6, 3.4, 5.3, 6.3, 7.2
Природа полна неожиданностей!	Характеристика опасностей, которые могут встретиться во время прогулок на природе. Общие правила поведения во время экскурсий в природу. Правила поведения в экстремальных ситуациях (при потере ориентиров на незнакомой местности и др.). Опасные встречи (звери, насекомые, змеи). Первая помощь при укусе насекомого, змеи. Правила поведения на водоёмах. Выбор и оценка места для купания. Первая помощь при судорогах, солнечном ударе, утоплении. Оценка состояния льда в осеннее и весеннее время. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные преграды	<p><i>Актуализация</i> имеющегося опыта: правила поведения на экскурсиях.</p> <p><i>Участствовать в учебном диалоге:</i> работа с иллюстрациями и текстами учебника.</p> <p><i>Совместная деятельность в парах:</i> анализировать и оценивать опасности неправильного поведения.</p> <p><i>Оценивать</i> информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка».</p> <p><i>Участствовать в учебном диалоге:</i> выбор места для купания. <i>Формулировать</i> правила купания и катания на лодках.</p> <p><i>Совместная деятельность в парах:</i> освоить правила нахождения на льду, правила организации переправы</p>	1.6, 3.4, 5.1, 5.3, 6.3, 7.2

7 класс

Тема	Содержание урока	Характеристика основных видов учебной деятельности учащихся	Основные направления воспитательной
------	------------------	---	-------------------------------------

			деятельности
Туристский поход	<p>Значение туризма в жизни человека. Туризм – способ укрепления здоровья и эмоционального благополучия человека. История туризма в мире и в нашей стране. Тематика и цели туризма. Общие правила организации туристского похода.</p> <p>Подготовка к походу: требования к снаряжению. Одежда и обувь для турпохода. Личные вещи в походе. Особенности продуктов питания, которые берутся в поход. Виды рюкзаков. Правила упаковки рюкзака. Спальный мешок.</p> <p>Режим дня в однодневном и многодневном турпоходе. Сочетание передвижения и отдыха. Правила организации ночлега, отдыха, передвижения. Режим питания в турпоходе.</p> <p>Характеристика чрезвычайных и неожиданных ситуаций, их предвидение и ликвидация возможных причин. Первая помощь при болезнях, травмах. Аптечка туриста. Записная медицинская книжка туриста. Полезные для туриста лекарственные растения.</p> <p>Предупреждение возможных случаев отравления грибами и ягодами.</p> <p>Меры безопасности при пользовании водой из природных водоёмов. Первая помощь при отравлении, простуде, ожоге, укусе насекомых и змей</p>	<p><i>Конструировать</i> план многодневного туристского похода.</p> <p><i>Практическая деятельность:</i> собирать снаряжение к походу, правильно выбирать спортивную одежду и обувь; определять режим дня, режим питания и меню.</p> <p><i>Совместная деятельность в группах:</i> анализировать текстовую и иллюстративную информацию.</p> <p><i>Конструировать</i> таблицы, схемы, диаграммы.</p> <p><i>Аналитическая деятельность:</i> оценивать ситуации, отражающие поведение туристов, возникновение неожиданных, чрезвычайных ситуаций.</p> <p><i>Коммуникативная деятельность:</i> участвовать в учебном диалоге (формулировать собственное мнение, выстраивать реплики, дополнения, уточнения высказываний участников); выстраивать монологическое высказывание.</p> <p><i>Регулятивная деятельность:</i> овладевать навыками самоконтроля и самооценки поведения</p>	1.6, 3.4, 5.1, 5.3, 6.3, 7.2
Когда человек	Причины возникновения вредных привычек.	<i>Коммуникативная деятельность:</i>	1.6, 3.2, 3.4, 5.1,

самсебевраг	При каких обстоятельствах человек сам себе враг. Вред алкоголя для организма подростка, его здоровья и самочувствия. Отрицательное влияние алкоголя на умственное развитие и успешность обучения школьника. Истоки традиционного отношения русского народа к злоупотреблению алкоголем. «Мода» на курение среди молодёжи. Медицинские исследования о вреде курения на растущий организм. Самовоспитание: противодействие желанию закурить	участвовать в обсуждении проблемы вредных привычек; участвовать в диалоге с врачами – профессионалами в лечении алкогольной зависимости. <i>Аналитическая деятельность:</i> оценивать информацию, представленную в текстовом и иллюстративном виде. <i>Рефлексивная деятельность:</i> оценивать своё отношение к вредным привычкам	5.2, 5.3, 6.3
-------------	---	--	---------------

8 класс

Тема	Содержание урока	Характеристика основных видов учебной деятельности учащихся	Основные направления воспитательной деятельности
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 уменьшить отрицательные последствия чрезвычайных ситуаций?	<i>Коммуникативная деятельность:</i> объяснять и соблюдать правила участия в диалоге. <i>Работа с информацией:</i> соотносить текстовую и иллюстративную информацию. <i>Аналитическая деятельность:</i> оценивать информацию, представленную в разных формах; характеризовать понятия: чрезвычайная ситуация, безопасная жизнь	3.4, 3.5, 5.3, 6.3, 7.2
Современная семья как институт воспитания	Типы современной семьи. Функции семьи. Условия благополучия в семье. Демократический стиль взаимоотношений в семье, уважение личности ребёнка.	<i>Коммуникативная деятельность:</i> участвовать в диалоге (современная семья и её особенности); характеризовать функции семьи. <i>Работа с информацией:</i>	1.1, 1.4, 1.5, 1.6, 1.7, 2.1, 3.1, 3.2, 3.3, 3.4, 3.5, 4.5, 5.1, 5.2, 5.3, 6.2,

	<p>Семья и здоровье детей. Социальные институты (общественные) и организации, участвующие в охране жизни и здоровья граждан.</p> <p>Репродуктивное здоровье</p>	<p>соотносить текстовую и иллюстративную информацию.</p> <p><i>Аналитическая деятельность:</i> оценивать полученную информацию по теме урока; работать с документами: Конвенция о правах ребёнка; сообщения на темы «Может ли любовь навредить?», «Когда слово излечивает?», «Рядом с ребёнком или вместе с ним?»</p>	6.3
Здоровый образ жизни	<p>Что такое здоровье?</p> <p>Физическое здоровье и условия его сохранения. Психическое здоровье человека.</p> <p>Эмоциональное благополучие и здоровье человека. Условия сохранения здоровья</p>	<p><i>Аналитическая деятельность:</i> анализировать информацию – текстовую и иллюстративную; обобщение учебного материала.</p> <p><i>Коммуникативная деятельность:</i> выявлять факторы, определяющие здоровье человека, риски эмоционального благополучия человека; участвовать в диалоге (приведение доказательств своих суждений; дополнение, исправление высказываний собеседников).</p> <p><i>Рефлексивная деятельность:</i> адекватно реагировать на различные жизненные ситуации, проявлять способность к самооценке, самоуправлению с учётом социальных норм и правил; стремиться планировать свою жизнедеятельность в различных жизненных ситуациях, в том числе в нестандартных. Проводить самооценку своего физического развития, составлять программу закаливания.</p> <p><i>Исследовательская деятельность:</i> оценить связь заболеваний с изменениями погоды, например с</p>	1.6, 3.2, 3.4, 5.1, 5.2, 5.3, 6.3

		увеличение влажности воздуха или резким похолоданием	
Человек и окружающая среда	Неблагополучная экологическая ситуация в зоне риска. Факторы неблагоприятной экологической обстановки. Негативное влияние хозяйственной деятельности человека (загрязнение воды, воздуха, почвы)	<p><i>Деятельность восприятия:</i> человек и мир звуков (влияние городской экологии на здоровье органов чувств). Наблюдать в природе результаты хозяйственной деятельности людей.</p> <p><i>Исследовательская деятельность:</i> оценить качество воды, воздуха, почвы.</p> <p><i>Аналитическая и коммуникативная деятельность:</i> обобщать результаты наблюдений и исследований, формулировать выводы.</p> <p><i>Совместная деятельность:</i> разъяснять правила взаимодействия при парной (групповой) работе.</p> <p><i>Проектная деятельность:</i> определить уровень экологического благополучия родного края</p>	3.2, 3.4, 6.3, 7.1, 7.2
Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни	Чрезвычайные ситуации в быту. Причины и последствия пожара. Безопасность при использовании бытового газа, предметов бытовой химии. Правила поведения при заливе квартиры. Правила пользования электроприборами	<p><i>Аналитическая деятельность:</i> анализировать причины чрезвычайных ситуаций в быту.</p> <p><i>Коммуникативная деятельность:</i> формулировать обобщения и выводы по теме уроков.</p> <p><i>Практическая деятельность:</i> подготовить памятки на случай непредвиденных ситуаций; ознакомиться с правилами первой медицинской помощи в чрезвычайных бытовых ситуациях.</p> <p><i>Рефлексивная деятельность:</i> последовательно оценивать свои действия в различных бытовых ситуациях.</p> <p><i>Проектная деятельность:</i> по материалам изученной темы</p>	
Разумная	Предвидение опасностей при выборе места	<i>Аналитическая и коммуникативная деятельность:</i>	3.1, 3.5, 5.1, 5.3,

предосторожность	отдыха. Поведение на улицах населённого пункта. «Опасное» время суток. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении	предложить гипотезу о возможных последствиях своего поведения, формулировать правила поведения в ЧС. <i>Рефлексивная деятельность:</i> контролировать свои действия и поведение в потенциально опасных ситуациях. <i>Практическая деятельность:</i> разыграть ролевое поведение при нападении	6.3
Опасные игры	Неразорвавшиеся боеприпасы. Экстремальные виды спорта и развлечений. Способность предвидеть последствия своего поведения, умение справиться с эмоциями при выборе занятий и развлечений	<i>Аналитическая и коммуникативная деятельность:</i> предложить высказывание о последствиях непродуманных поступков; соотносить текстовую и иллюстративную информацию; формулировать обобщение и выводы. <i>Рефлексивная деятельность:</i> обсуждать последствия экстремальных видов спорта и занятий; определять своё отношение к ним. <i>Проектная деятельность:</i> по материалам изученной темы	3.1, 3.5, 5.1, 5.3, 6.3
Современный транспорт и безопасность	ЧС на дорогах. Причины и последствия ДТП. Нарушение правил дорожного движения – основная причина возникновения опасных ситуаций. Правила поведения велосипедистов и других участников дорожного движения. Поведение в метро. Авиакатастрофы. Железнодорожные катастрофы. Опасные игры на железной дороге	<i>Аналитическая деятельность:</i> давать оценку причин различных ЧС; сравнивать потенциально опасные ситуации на транспорте. <i>Коммуникативная деятельность:</i> формулировать правила поведения на транспорте; составлять выводы по материалам уроков. <i>Практическая деятельность:</i> предложить план своего поведения в авиасалоне. Разыграть ролевое поведение участника ЧС. <i>Рефлексивная деятельность:</i> выработать	3.1, 3.5, 5.1, 5.3, 6.3

		отношение ко безопасным видам занятий на дорогах, на транспорте. <i>Совместная деятельность</i> (в парах, группах): составить правила взаимодействия	
--	--	---	--

9 класс

Тема	Содержание урока	Характеристика основных видов учебной деятельности учащихся	Основные направления воспитательной деятельности
Безопасный отдых и туризм	Виды туризма. Групповое снаряжение. Правила безопасности в туристском походе (пешем, водном). Сигналы бедствия	<p><i>Аналитическая деятельность:</i> анализировать причины возникающих в походе трудностей; классифицировать объективные и субъективные трудности.</p> <p><i>Коммуникативная деятельность:</i> формулировать правила поведения в турпоходе; участвовать в диалоге, соблюдать культуру речевого взаимодействия.</p> <p><i>Практическая деятельность:</i> определять необходимое снаряжение для похода, режим дня туриста; перечислять правила разведения костра; овладевать навыками вязки узлов; подавать сигналы бедствия.</p> <p><i>Рефлексивная деятельность:</i> оценить ситуацию приоритетности от группы, планировать свои действия.</p> <p><i>Совместная деятельность</i> (в парах, группах): составлять правила взаимодействия</p>	1.6, 3.5, 5.3, 6.2, 6.3
Когда человек сам себе враг	Причины приобщения подростка к курению. Негативное влияние курения на организм подростка. Физическое состояние подростка-курильщика. Алкоголь –	<p><i>Исследовательская деятельность:</i> оценить статистическую информацию – влияние вредных привычек на человека.</p> <p><i>Коммуникативная деятельность:</i> участвовать</p>	1.6, 1.7, 3.2, 3.4, 3.5, 5.1, 5.2, 5.3, 6.3

	разрушитель личности. Отравление алкоголем. Наркотики – яд. Их влияние на организм: распад личности человека под влиянием наркотиков	в дискуссии: характеристика понятия «распад личности»; конструировать обобщение по теме и формулировать вывод. <i>Рефлексивная деятельность</i> : заниматься самовоспитанием (предупреждение курения, принятия алкоголя, привыкания к компьютерным играм). <i>Проектная деятельность</i> : по материалам темы	
Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	Основные понятия, обсуждаемые в теме. Классификация чрезвычайных ситуаций, их особенности. Система оповещения в ЧС, общие правила при эвакуации. Характеристика наиболее распространённых и опасных ЧС: природных, геофизических, биологических, техногенных. Безопасное поведение в ЧС	<i>Аналитическая коммуникативная деятельность</i> : выделять особенности разных ЧС, классифицировать их, описывать разные виды. <i>Работа с информацией</i> : классификация видов ЧС, правила безопасного поведения с учётом опасной ситуации. Характеризовать разные виды ЧС. <i>Рефлексивная деятельность</i> : составлять пошаговое планирование действий в ЧС. <i>Совместная деятельность</i> (в парах, группах): оценить свой вклад в результат совместной деятельности. <i>Практическая деятельность</i> : овладевать навыками оказания первой помощи в ЧС; разъяснять порядок использования огнетушителей. <i>Проектная деятельность</i> : по темам уроков	3.5, 5.1, 6.3

ПОУРОЧНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

Урок 1. Введение

Программное содержание

Необходимость изучения предмета ОБЖ. Символическое изображение правил ОБЖ.

Структура урока, основные методы и приёмы

Учебный диалог: анализ информации, представленной в тексте учебника.

Обсуждение и оценка проблемных ситуаций, представленных в иллюстрациях.

Работа с рубрикой «Обсудим вместе»: анализ характеристик знаков-символов ОБЖ.

Уроки 2–3. За что «отвечают» системы органов

Программное содержание

Организм человека как единое целое. Функции разных систем органов тела. Почему нужно знать свой организм.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Работа с рубрикой «Вспомните»: актуализация имеющегося опыта по данной теме.

Выполнение тестовых заданий, оценка знаний об особенностях своего организма.

Работа в парах: правил взаимодействия при решении учебной задачи.

Обобщающий рассказ учителя «Организм человека как система органов».

Урок 4. Как укреплять нервную систему

Программное содержание

Выполнение правил бережного отношения к нервной системе. Укрепление нервной системы.

Структура урока, основные методы и приёмы

Учебный диалог (работа с рубрикой «Обсудим вместе»): анализ текста «Что любит нервная система».

Работа с иллюстрациями: ответ на вопрос: «Чего не любит нервная система?»

Практическая работа: измерение пульса.

Работа в группах: составление плана укрепления нервной системы: «Что мы обязательно должны делать каждый день, чтобы укреплять нервную систему».

Урок 5. Как можно тренировать сердце

Программное содержание

О чём рассказывает пульс. Тренировка сердца.

Структура урока, основные методы и приёмы

Рассказ-объяснение учителя «Сердце – главный орган человеческого организма».

Практическая работа «Учимся измерять пульс».

Урок 6. Укрепляем дыхательную систему

Программное содержание

Дыхательная система человека, её функции и значение. Охрана дыхательной системы.

Структура урока, основные методы и приёмы

Задание по рубрике «Вспомните»: ответ на вопрос: «Что такое дыхательная система?»

Учебный диалог (работа с рубрикой «Обсудим вместе»):

«Правила бережного отношения к дыхательной системе».

Практическое занятие: упражняем дыхательную систему (дыхательные упражнения).

Работа с рубрикой «Медицинская страничка».

Уроки 7–8. Питаемся правильно

Программное содержание

Питание школьника-подростка. Почему важно обращать внимание на правильное питание.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Чтение и анализ текста «Рациональное питание – что это такое».

Анализ схемы (пирамиды) сбалансированного питания.

Учебный диалог на основе проведённого опыта и проблемных ситуаций.

Оценка проблемных ситуаций «Как мы питаемся».

Практическая работа: меню для подростка.

Работа с рубрикой «Медицинская страничка».

Уроки 9–10. Здоровье органов чувств

Программное содержание

Правила бережного отношения органов чувств.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Работа с рубрикой «Знает ли вы себя?»: самоконтроль поведения (оценка выполнения тестовых заданий).

Практическая работа: тренировка глаз.

Обсуждение и оценка информации, представленной в рубрике «Медицинская страничка».

Уроки 11–12. Проектная деятельность

Программное содержание

Исследовательская деятельность по темам: «Слух человека и животных. Сравнительная характеристика», «Как сохранить обоняние?», «Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его?».

Структура уроков, основные методы и приёмы

Обсуждение представленных проектов.

Урок 13. Здоровый образ жизни

Программное содержание

Факторы, влияющие на здоровье. Организованность здоровья.

Структура урока, основные методы и приёмы

Работа с диаграммой (анализ, оценка) «Что влияет на здоровье?».

Работа с рубрикой «Знаете ли вы себя?»: анализ ответов на тестовые задания.

Учебный диалог: анализ и оценка жизненных ситуаций.

Уроки 14–15. Чистота – залог здоровья

Программное содержание

Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши).

Структура уроков, основные методы и приёмы

Работа в парах: оценка «вредных» советов (по текстам и иллюстрациям).

Работа в группах: составление памятки «Правила личной гигиены».

Работа с текстами и иллюстрациями.

Работа с информацией, представленной в рубрике «Медицинская страничка».

Урок 16. Движение – это жизнь

Программное содержание

Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.

Структура урока, основные методы и приёмы

Практическое занятие в физкультурном зале.

Урок 17. «Закаливание»

Программное содержание

Закаливание – средство охраны и укрепления здоровья. Программа и правила закаливания.

Структура урока, основные методы и приёмы

Учебный диалог «Что такое закаливание?».

Практическая работа: составление программы закаливания.

Работа с информацией, представленной в рубрике «Медицинская страничка».

Урок 18. Подросток и компьютер

Программное содержание

Правила безопасного пользования компьютером. Виды занятий, снимающих утомление.

Структура урока, основные методы и приёмы

Работа с рубрикой «Знаете ли вы себя?»: самоанализ самооценка поведения и организации деятельности.
Анализ информации, представленной в тексте учебника. *Практическое занятие:* правила работы с компьютером. *Совместная деятельность в парах:* анализ иллюстративного материала по теме урока.

Урок 19. Повторение и обобщение пройденного

Программное содержание

Что такое здоровый образ жизни. Правила здорового образа жизни.

Структура урока, основные методы и приёмы

Рассматривание схемы по данной теме, подбор примеров, иллюстрирующих её позиции.

Работа в парах: сделайте вывод «Что такое здоровый образ жизни», запишите его, сравните с результатами работы других пар. Оцените свою работу.

Уроки 20–21. Мой безопасный дом

Программное содержание

Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры и мытья посуды. Животные, распространяющие инфекцию (мыши, тараканы, клопы).

Структура уроков, основные методы и приёмы

Учебный диалог (работа с рубрикой «Обсудим вместе»): сравнение высказываний, определение ложного суждения.

Работа в парах: составление плана уборки квартиры.

Составление памятки «Как мыть посуду».

Уроки 22–23. Техника безопасности в доме

Программное содержание

Техника безопасности в доме. Первая помощь при ушибах, отравлении клеем, его парами, газом и при поражении током.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Учебный диалог: анализ иллюстраций.

Учебный диалог: анализ текста и иллюстраций (техника безопасности).

Чтение текста рубрики «Медицинская страничка». *Анализ* представленной информации.

Урок 24. Дорога в школу и обратно

Программное содержание

Школьная жизнь начинается с дороги. Безопасная дорога от дома до школы.

Структура урока, основные методы и приёмы

Работа с рубриками «Знаете ли вы себя» и «Вспомните»: самоанализ самооценка поведения (на дорогах и улицах).

Практическая работа: безопасный маршрут до школы.

Уроки 25–26. Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения. Правила безопасности пешеходов. Умеете ли вы оценивать дорожную обстановку?

Программное содержание

Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения. Правила безопасного поведения пассажира и пешехода. Оценка дорожной ситуации и позиций безопасности.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Чтение и анализ текста.

Работа в парах: оценка информации, представленной в иллюстрациях по данной теме.

Практическая работа: анализ обобщённой информации, представленной в иллюстрациях; анализ характеристик дорожных знаков.

Уроки 27–28. Безопасная дорога

Программное содержание

Дорожное движение в населённом пункте и за городом. Безопасная дорога.

Правила поведения на дорогах и улицах. «Дорожные ловушки» – определение опасных для пешехода мест.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Практическая работа: обсуждение ситуаций, связанных с дорожными ловушками; повторение правил и знаков дорожного движения.

Работа с рубрикой «Для любознательных».

Урок 29. Школьник как пешеход и пассажир

Программное содержание

Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира разных видов транспорта.

Структура урока, основные методы и приёмы

Работа с информацией, представленной в иллюстрациях по данной теме.

Работа в парах: рассказ для младшего школьника на тему «Как перейти дорогу».

Работа в группах: «Зададим друг другу вопросы».

Урок 30. Общие правила школьной жизни

Программное содержание

Ориентировка в школьных помещениях. Расположение помещений в школе. Функции разных школьных помещений.

Общие правила безопасного поведения в школьных помещениях и во дворе школы.

Структура урока, основные методы и приёмы

Работа в группах: рисование плана школы с указанием основных помещений.

Учебный диалог: «Может ли неправильное поведение в школе привести к неприятностям?»

Составление памятки «Общие правила поведения в школе».

Уроки 31– 32. Правила поведения в школе

Программное содержание

Поведение на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой. Безопасное общение. Первая помощь при сотрясении мозга, ушибах и кровотечениях.

Меры предупреждения пожаров, правила эвакуации при пожаре. Помощь при отравлении угарным газом и при ожогах.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Чтение и анализ текста учебника «Поведение на занятиях».

Работа с рубрикой «Проверь себя», обсуждение и оценка результатов самостоятельного тестирования.

Учебный диалог: «„Вредные советы“ Г. Остера».

Рассказ-объяснение учителя «Поведение, которое приводит к беде».

Практическая работа: учимся выполнять правила поведения.

Работа с рубрикой «Медицинская страничка»: оценка информации, представленной в рубрике.

Урок 33. Если в школе пожар...

Программное содержание

Как вести себя, если в школе начался пожар. Правила эвакуации при пожаре.

Структура урока, основные методы и приёмы

Работа с рубрикой «Вспомните»: как мы ориентируемся в школьных помещениях.

Работа в группах: чтение схемы эвакуации при пожаре в школе.

Чтение и обсуждение текста: правила поведения при пожаре.

Анализ информации, представленной в рубрике «Медицинская страничка».

Уроки 34– 35 (резерв)

6 класс

Уроки 1– 2. Введение

Программное содержание

Необходимость изучения предмета ОБЖ. Характеристика понятий «жизнедеятельность», «безопасность», «здоровый образ жизни», «ситуация, опасная для жизни», «чрезвычайная ситуация». Символическое изображение правил ОБЖ. Человеческий фактор как основная причина возникновения чрезвычайных ситуаций.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Работа в группах: рассказы учащихся на тему «Зачем мы изучаем ОБЖ». Составление словарика: характеристика понятий, необходимых при изучении ОБЖ.

Регулятивная деятельность: анализ и оценка подготовленных суждений – значения термина или понятия.

Уроки 3– 4. Подготовка к прогулке

Программное содержание

Необходимость правильной подготовки к прогулке для устранения причин неприятных последствий. Выбор одежды и обуви с учётом времени года, состояния погоды, предполагаемых занятий и игр на прогулке.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Чтение и анализ текста «Подготовка к прогулке».

Работа в парах: анализ информации, представленной в иллюстрациях по данной теме.

Учебный диалог: зададим друг другу вопрос: «Готов ли ты к прогулке?»

Работа с рубрикой «Медицинская страничка». Создание карточек-символов, отражающих приёмы снятия усталости.

Уроки 5– 7. На игровой площадке

Программное содержание

Причины возникновения рискованных и опасных ситуаций во время прогулки. Меры безопасного использования качелей, игрового оборудования и сооружений на площадке. Особенности поведения на игровой площадке при условии близости игровой зоны для самых маленьких детей. Предусмотрительность и осторожность во время игр. Правила проведения спортивных игр (футбол, волейбол, хоккей и др.) на больших размерах игровой площадки и близости дороги или шоссе. Правила езды на велосипеде, на роликовых коньках. Зимние игры. Безопасность катания на санках, ледянках.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Рассказ учителя о правилах поведения на игровой площадке и причинах возникновения опасных для играющих ситуаций.

Чтение и анализ текста «Крылатые качели».

Работа в парах: анализ ситуаций, изображённых на рисунках.

Учебный диалог: правила езды на велосипеде.

Работа в парах: составление памятки «Ездим на роликовых коньках».

Уроки 8– 10. Учимся оказывать первую помощь

Программное содержание

Первая помощь при переломах и вывихах. Поиск подростками «приключений»: оправдан ли риск.

Структура уроков, основные методы и приёмы *Практическая работа:* первая помощь при травмах. *Учебный диалог:* зададим друг другу

вопросы потеме.

Уроки 11– 12. Встреча с животными

Программное содержание

Животные на игровой площадке. Особенности поведения собаки в зависимости от настроения, ожидания опасности, отношения к человеку. Правила поведения при встрече с собакой, находящейся без хозяина.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Чтение и анализ текста «Собака не всегда друг».

Практическая работа: оценка поз и мимики собаки; первая помощь при укусе.

Учебный диалог: анализ и оценка жизненных ситуаций (стоит ли рисковать).

Уроки 13– 17. Ориентирование

Программное содержание

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

Структура уроков, основные методы и приёмы

Практические работы (в классе, на участке школы, в ближайшем парке): ориентирование на местности разными способами; измерение расстояний на местности.

Учебный диалог: анализ правил поведения в лесу.

Работа в парах: составление памятки на тему «Если вы заблудились в лесу».

Оценка рефератов учащихся «История создания компаса».

Уроки 18 – 19. Правила поведения во время прогулки на экскурсиях

Программное содержание

Характеристика опасностей, которые могут встретиться во время прогулок на природе. Общие правила поведения во время экскурсий в природу.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Работа с рубрикой «Вспомните»: использование имеющегося опыта (правила поведения на экскурсиях).

Учебный диалог: работа с иллюстрациями и текстами учебника.

Уроки 20 – 23. Если встретилась опасность

Программное содержание

Правила поведения в экстремальных (аварийных) ситуациях (потеря ориентировки, незнакомая местность и др.). Опасные встречи (звери, насекомые, змеи). Первая помощь при укусе насекомого, змеи, других животных.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Работа в парах: анализ и оценка опасности неправильного поведения.

Рассказ-объяснение учителя «Когда животные опасны».

Работа с рубрикой «Медицинская страничка»: оценка информации, представленной в тексте по данной теме.

Анализ информации, представленной в рубрике «Для любознательных».

Практическая работа: оказание помощи при укусе насекомых и змей.

Урок 24. Расширим свои знания о змеях

Программное содержание

Какие змеи обитают в разных регионах нашей страны. Внешний вид, повадки разных змей: обыкновенной гадюки, гюрзы, эфы. Опасность, которую представляют эти змеи. Правила поведения при встрече с змеёй.

Структура урока, основные методы и приёмы

Просмотр и обсуждение видеофильма «Все о змеях».

Урок 25. Ядовитые растения и грибы

Программное содержание

Определение ядовитых растений и грибов по внешнему виду.

Структура урока, основные методы и приёмы

Просмотр и обсуждение видеофильмов «Ядовитые растения», «Ядовитые грибы».

Работа с иллюстративным материалом из гербариев.

Уроки 26 – 30. Наводоёме

Программное содержание

Правила поведения на водоёмах. Выбор и оценка места для купания. Первая помощь при судорогах, солнечном ударе, утоплении. Оценка состояния льда для передвижения по нему в осеннее, зимнее и весеннее время. Переправа через водные преграды.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Учебный диалог (работа с рубрикой «Обсудим вместе»): выбор места для купания.

Формулирование вывода: правила купания и катания на лодках.

Работа в парах: правила нахождения на льду, правила организации переправы.

Работа с рубрикой «Медицинская страничка»: оценка информации, представленной в тексте по данной теме.

Уроки 31 – 32. Проектная деятельность

Программное содержание

Чтобы экскурсия в природу была безопасной.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Представление группами проектов на тему «Экскурсия в природу и её организация».

Оценка классом содержания и презентации проекта.

Уроки 33 – 35 (резерв)

7 класс

Уроки 1 – 2. Введение

Программное содержание

Характеристика понятий «жизнедеятельность», «безопасность», «здоровый образ жизни», «ситуация, опасная для жизни», «чрезвычайная ситуация», «природная катастрофа», «техногенная катастрофа».

Структура уроков, основные методы и приёмы

Работа в группах: рассказы учащихся на тему «Зачем мы изучаем ОБЖ».

Составление словарика: характеристика понятий, необходимых при изучении ОБЖ.

Регулятивная деятельность: анализ и оценка подготовленных суждений – значения термина или понятия.

Уроки 3 – 5. Любим ли мы туристские походы

Программное содержание

Наше отношение к туристскому походу. Какие походы нам известны и какие мы предпочитаем.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Работа с рубрикой «Вспомните»: что такое туристский поход.

Рассказ-объяснение учителя: «Какие бывают туристские походы».

Учебный диалог: «Что я думаю о туристском походе?»

Работа с рубрикой «Проверь себя».

Оценка информации, представленной в рубрике «Для любознательных».

Работа в группах: «Выбираем вид похода».

Уроки 6 – 8. Правила организации туристского похода

Программное содержание

Правила организации безопасного туристского похода. Подготовка к походу: подбор личного и группового снаряжения, продуктов. Одежда и обувь для похода, требования к ним. Правила упаковки рюкзака. Индивидуальная подгонка (регулировка) рюкзака. Спальный мешок.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Рассказ-объяснение учителя «Собираем снаряжение для похода».

Практическая работа: заполнение таблицы «Что мы берём в поход» (анализ иллюстраций учебника).

Работа в парах: предложения по выбору одежды и обуви (анализ информации, представленной на иллюстрациях).

Работа с рубрикой «Медицинская страничка».

Работа в группах: заполнение таблицы «Личное снаряжение для похода».

Уроки 9 – 11. Походная аптечка

Программное содержание

Подготовка аптечки для похода. Подбор лекарственных средств, инструментов и материалов для оказания первой помощи. Лесная аптека.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Чтение и анализ текста «Походная аптечка».

Составление записной книжки «Советы для туриста» (анализ информации, представленной в рубрике «Медицинская страничка»).

Уроки 12 – 13. Знакомимся с лекарственными растениями

Программное содержание

Турист должен знать лекарственные растения, которые помогут ему справиться с непредвиденными ситуациями (отравлением, ожогом, травмами кожи, усталостью и др.). Характеристика некоторых лекарственных растений данной местности: внешний вид, лечебные свойства, способ применения.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Просмотр и обсуждение видеофильма «Лекарственные растения». Работа с иллюстративным материалом и гербарием.

Дифференцированная работа: составление описания лекарственного растения (по выбору) с использованием дополнительной литературы.

Уроки 14 – 15. Режим дня в многодневном туристском походе

Программное содержание

Режим дня в туристском походе. Правила организации сна, отдыха, передвижения.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Практическая работа «Режим дня в многодневном туристском походе».

Анализ иллюстративного материала: оценка поведения туристов.

Уроки 16 – 17. Походная еда

Программное содержание

Организация питания в походе. Походная еда. Правила, обеспечивающие безопасность питания в условиях похода.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Чтение и анализ текста «Походная еда».

Практическая работа: составление памятки «Питьевой режим и меню питания туристов в походе (на экскурсии)».

Игра-соревнование: «Приготовление походной каши».

Оценки результатов.

Работа в парах: анализ ситуаций, представленных в иллюстрациях.

Уроки 18 – 19. Первая помощь пострадавшему в походе

Программное содержание

Первая помощь при потёртостях кожи, пищевых отравлениях, ожогах.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Практическая работа: сравнение особенностей ядовитых съедобных грибов.

Анализ информации, представленной в рубрике «Медицинская страничка».

Уроки 20 – 22. Когда человек сам себе враг

Программное содержание

Обстоятельства, при которых у подростков возникают вредные привычки. Характеристика понятия «вредная привычка». Негативное влияние вредных привычек на здоровье, самочувствие, успешность обучения и умственную деятельность подростка.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Встреча и беседа с врачом о вредных привычках и причинах их появления у подростков.

Учебный диалог: почему привыкание к негативному поведению особенно опасно для детей подросткового возраста.

Уроки 23 – 26. Вред алкоголя

Программное содержание

Результаты социологических исследований об употреблении алкоголя подростками. Алкоголь – причина преступлений подростков и юношей. Страницы истории: как относились наши предки к алкогольной зависимости.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Встреча с врачом: вред алкоголя для здоровья и самочувствия подростков.

Встреча с работником правоохранительных органов: алкоголь и преступления.

Учебный диалог: как выработать привычку не принимать алкоголь.

Работа в парах: рассматривание иллюстраций, формулирование своего отношения к их персонажам.

Обсуждение рефератов «Отношение к употреблению алкоголя в историческом аспекте».

Обобщение материала уроков: формулирование вывода:

вред алкоголя.

Уроки 27 – 28. Вред курения

Программное содержание

Курение наносит значительный вред организму.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Рассказ-объяснение школьного врача (учителя) «Анализ данных медицинских исследований».

Встреча с бывшим курильщиком: «Почему я бросил курить».

Обобщение материала, *формулирование* вывода: вред алкоголя.

Уроки 29 – 30. Проектная деятельность

Программное содержание

Вредные и опасные привычки.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Обсуждение сообщений и презентаций, подготовленных группами учеников.

Урок 31. Обобщение пройденного

Программное содержание

О чём мы узнали за три года изучения курса ОБЖ? Чему научились? Что ещё хотим узнать об основах безопасности жизнедеятельности подростка?

Структура урока, основные методы и приёмы

Учебный диалог: «Зададим друг другу вопросы по пройденному материалу».

Решение тестовых заданий: вспомним изученное.

Уроки 32 – 35 (резерв)

8 класс

Уроки 1 – 2. Введение

Программное содержание

Почему человеку необходимы знания о безопасности жизни? Задачи предмета ОБЖ: расширение и углубление знаний о чрезвычайных ситуациях разного вида и характеристик; формирование навыков безопасного поведения в ЧС; воспитание эмоционально-отрицательного отношения к негативным проявлениям в окружающей среде, мотивации здорового образа жизни и противодействия вредным привычкам и асоциальному поведению. Характеристика понятия «чрезвычайные ситуации», их классификация. Условия, при которых можно избежать или уменьшить отрицательные последствия чрезвычайных ситуаций.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Учебный диалог (дискуссия):

анализ

информации,

представленной в иллюстративном ряду, обсуждение последствий поведения подростков. Просмотр и обсуждение видеоматериалов.

Практическая работа: анализ и оценка документов – законов Российской Федерации. Составление характеристик понятий.

Работа с информацией, представленной в графическом виде: чтение схем.

Уроки 3 – 6. Современная семья как институт воспитания

Программное содержание

Современная семья: типичная характеристика. Функции семьи.

Условия благополучия детей в семье. Влияние семьи на развитие ребёнка.

Защита семьи и детей со стороны государства. Государственные документы, государственные институты, определяющие формы и методы защиты семьи.

Репродуктивное здоровье подрастающего поколения.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Учебный диалог: современная семья и её функции.

Дискуссия: при каких условиях семья благополучна и детям в ней эмоционально комфортно.

Работа с информацией, представленной в текстовом, иллюстративном и графическом виде.

Практическая работа: анализ документов (Конституция Российской Федерации).

Работа в группах: подготовка совместного мини-сообщения на тему (по выбору): «Может ли любовь навредить?», «Когда слово излечивает?», «Рядом с ребёнком или вместе с ним?».

Учебный диалог: что такое репродуктивное здоровье.

Уроки 7 – 10. Здоровый образ жизни

Программное содержание

Что такое здоровье? Условия физического здоровья. Факторы, определяющие физическое здоровье человека. Физическая культура и здоровье.

Психическое здоровье человека, условия его сохранения. Критерии оценки. Осознание человеком своего «Я», объективная оценка своих возможностей, адекватность реакций на различные жизненные ситуации, способность к самооценке, самоуправлению.

Что такое эмоциональное здоровье? Условия сохранения эмоционального здоровья школьника: демократический стиль процесса обучения; принятие личности коллективом; интересная познавательная среда; объективная оценка своего «Я» и др. Факторы риска школьной жизни: нарушение режима дня, перегрузка и переутомление, авторитарная атмосфера, отсутствие друзей и приятелей, необъективная самооценка.

Социальное здоровье как система отношений человека к окружающим людям, обществу и государству, а также к самому себе. Критерий социального здоровья – осознанное и добровольное принятие нравственных ценностей общества. Фанаты и поклонники.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Учебный диалог: что такое здоровье, здоровый образ жизни. *Практическая работа:* снятие напряжения с разных групп мышц; оценка своих

волевых качеств; оценка своего физического развития.

Учебные дискуссии: организация жизни и режима дня; что такое общение, как сделать его успешным.

Совместная работа в группах: план организации жизни старшего подростка; конструирование модели понятия «здоровый образ жизни» (ЗОЖ) с использованием символов-значков.

Уроки 11 – 14. Человек и окружающая среда

Программное содержание

Неблагополучная экологическая ситуация и зоны риска. Факторы неблагоприятной экологической обстановки. Причины загрязнения воздуха, воды, почвы. Последствия загрязнения природы. Негативное влияние хозяйственной деятельности человека. Источники загрязнения. Оценка качества окружающей природной среды.

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

Структура уроков, основные методы и приёмы

Учебный диалог: чтение и обсуждение главной мысли текстов.

Совместная деятельность в группах: анализ диаграммы (влияние хозяйственной деятельности на чистоту воздуха), меры борьбы с загрязнением воздуха. Дифференцированная работа с иллюстративным материалом учебника.

Учебная дискуссия: анализ информации, представленной в схемах и иллюстрациях. Составление текста-рассуждения на тему «Экология почвы сегодня».

Практическая работа: установление возможных источников шума в городской квартире.

Уроки 15 – 23. Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни

Программное содержание

Причины и последствия пожара. Безопасность при использовании бытового газа, предметов бытовой химии. Правила поведения при заливе квартиры. Правила пользования электроприборами. Компьютер и безопасное его использование. Чрезвычайные ситуации в быту: утечка бытового газа, химические вещества. Разумная предосторожность при выборе места и гриотдыха. Опасные игры.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Учебные дискуссии: причины возникновения пожара; поведение при заливах.

Учебный диалог: анализ информации, представленной в схеме, в текстах учебника.

Практические работы: правила пользования газовыми и электроприборами; оказание помощи при ожогах, отравлениях, переломах; средства пожаротушения; отработка схемы действия в ЧС.

Работа в группах: правила поведения во время пожара; анализ иллюстративного материала учебника; обсуждение экстремальных видов спорта.

Уроки 24 – 31. Современный транспорт и безопасность

Программное содержание

Транспорт в современном мире (функции, назначение, особенности, виды). Чрезвычайные ситуации на дорогах. Правила езды велосипедиста. Опасные игры на дорогах: скейтбординг, бокинг, BMX и др. Опасные ситуации в метро. Авиакатастрофы, правила поведения на борту авиалайнера. Железнодорожные катастрофы. Зацепинг – опасная игра.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Учебная дискуссия: причины аварий на транспорте; опасные игры на транспорте.

Учебный диалог: анализ информации, представленной в текстовом, графическом и иллюстративном виде учебнике.

Практические работы: первая помощь при кровотечениях; аварийная посадка самолёта; составление памятки – правила поведения при взгорании в вагоне поезда.

Работа в группах: анализ и оценка информации, представленной в иллюстрациях. Подготовка суждения: что нарушили велосипедисты?

Уроки 31 – 35 (резерв)

9 класс

Уроки 1 – 10. Безопасный отдых и туризм

Программное содержание

Обеспечение безопасности в туристском походе. Объективные трудности туристского похода. Правила безопасности в турпоходе. График движения. Если турист отстал от группы. Туризм и экология окружающей среды. Безопасность в водном турпоходе. Узлы в турпоходе. Сигналы бедствия.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Учебные дискуссии: обсуждение проблем «Почему туризм так популярен?», «Как преодолеть трудности турпохода?», «Выбор места бивака», «Быт туриста», «Опасности водных походов», «Сигналы бедствия».

Учебный диалог: обсуждение информации, представленной в учебнике в текстовом, графическом и иллюстративном виде.

Практические работы: правила распределения снаряжения между участниками похода; график движения по маршруту; программа поиска отставшего туриста; освоение разных видов узлов.

Работа в группах: плавательные средства в турпоходе.

Дифференцированные задания: сигналы бедствия.

Уроки 11 – 15. Когда человек сам себе враг

Программное содержание

Почему подростки курят? Что можно обнаружить в табачном дыму? Физическое, психическое, эмоциональное состояние подростка-курильщика. Разрушение личности под влиянием наркомании. Игромания – вредная зависимость.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Учебные дискуссии: анализ результатов анонимного опроса; почему курение особенно вредно для подростков; отношение к курильщикам; печальная статистика (анализ статистических данных о людях с вредными привычками).

Учебный диалог: встреча с медицинскими работниками. *Практически работы:* навыки работы с документами. *Работа в парах и в группах:* вред наркотиков (анализ схемы); анализ информации, представленной в графической форме.

Уроки 16 – 27. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного происхождения

Программное содержание

Краткая характеристика используемых в теме понятий. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Деятельность по предупреждению природных ЧС. Предупреждение распространения инфекции. Система оповещения в чрезвычайных ситуациях. Общие правила при эвакуации.

Природные чрезвычайные ситуации на территории России. Классификация природных ЧС: геофизические (землетрясения, извержения вулканов), метеорологические (ураганы, бури, смерчи), гидрологические (наводнения, цунами), природные пожары (лесные, степные, торфяные), биологические (эпидемии, эпизоотии, эпифитотии). Предвестники ЧС. Особенности поведения во время различных природных ЧС. Последствия ЧС.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера: причины возникновения и виды техногенных ЧС. Виды пожаров по признакам горения, месту распространения, времени начала тушения.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Работа с документами: характеристика Федерального закона «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», Водного кодекса РФ.

Рассказ-лекция учителя: природные чрезвычайные ситуации на территории России.

Учебный диалог: классификация природных ЧС (анализ текстового и иллюстративного материала в учебнике).

Учебная дискуссия: анализ схем (строение вулкана); составление памятки «Правила поведения во время извержения вулкана».

Работа в группах: подготовка сообщения на тему «Опасное природное явление»; создание инструкции для младшего школьника о поведении во время землетрясения; подготовка коллективного сообщения «Поражающие факторы пожара». *Практически работы:* первая помощь при травмах, кровотечениях, открытом переломе конечности, отравлении химическими веществами.

Уроки 28 – 32. Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации

Программное содержание

Экстремизм, терроризм (характеристика понятий). Законодательство Российской Федерации о противодействии экстремизму, терроризму. Крайние проявления экстремизма. Поведение при обнаружении подозрительного бесхозного предмета; взятие заложники, в

овремяспеоперациипоосвобождениюзаложников;послевзрывавжиломдоме.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Учебные дискуссии: причины появления терроризма; взрывы в жилых домах – особо опасное проявление терроризма; что такое национальная безопасность.

Работа с информацией, представленной в учебнике в текстовом, графическом и иллюстративном виде.

Практические работы: оказание первой медицинской помощи (повторение изученного материала); работа с документами – законодательством Российской Федерации.

Уроки 33 – 35 (резерв)

ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И ВАРИАНТЫ ЕГО ПРОВЕДЕНИЯ

Текущий контроль осуществляется с помощью устного опроса, контрольного диктанта.

Тематический контроль осуществляется по завершении крупного блока (темы) в форме тестирования, выполнения практической работы, защита проектных работ.

Итоговый контроль (итоговая аттестация) осуществляется по завершении учебного материала в форме итогового тестирования, зачетных работ.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Учебно-методические комплекты по основам безопасности жизнедеятельности

— *Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В., Сидоренко Л. В., Таранин А. Б.* Основы безопасности жизнедеятельности. 5 – 7 классы: учебник. – М.: Вентана-Граф.

— *Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В., Сидоренко Л. В. и др.* Основы безопасности жизнедеятельности. 8 – 9 классы: учебник. — М.: Вентана-Граф.

Программы, методические и учебные пособия

— *Н. Ф. Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В., Таранин А. Б.* Основы безопасности жизнедеятельности. 5 – 7 классы: рабочая программа. – М.: Вентана-

Граф.

— *Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В.* Основы безопасности жизнедеятельности. 8 – 9 классы: рабочая программа. – М.: Вентана-Граф.

— *Виноградова Н. Ф.* Основы безопасности жизнедеятельности. 5 – 7 классы: методическое пособие. – М.: Вентана-Граф.

— *Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В.* Основы безопасности жизнедеятельности. 8 – 9 классы: методическое пособие. – М.: Вентана-Граф.