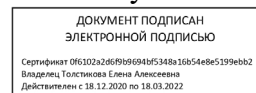


**государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области основная общеобразовательная школа с. Старая Кармала
муниципального района Кошкинский Самарской области**

Рассмотрена на
заседании ШМС
Протокол №1
от 16 августа 2021 г.
_____ Потапова С.Н.

Проверена
И.о. зам. директора по УВР
_____ Потапова С.Н.
18 августа 2021 г.

Утверждаю.
Директор ГБОУ ООШ с. Старая
Кармала
Приказ №24-од
от 18 августа 2021 г.



Е.А. Толстикова

**Рабочая программа
по предмету «Основы безопасности
жизнедеятельности»
5-9 классы
на 2021-2022 учебный год
(срок реализации 5 лет)**

Учитель: Толстикова Елена Алексеевна, учитель первой категории.

2021 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета составлена на основе следующей нормативной базы:

- Федерального закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» (№ 273-ФЗ от 29.12.2012);
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897);
- Основной образовательной программы основного общего образования ГБОУ ООШ с. Старая Кармала;
- Учебного плана основного общего образования ГБОУ ООШ с. Старая Кармала на 2021 – 2022 учебный год;
- Концепции духовно-нравственного воспитания и развития личности гражданина России;
- Авторской программы под ред. Н.Ф. Виноградовой, планируемых результатов основного общего образования и ориентирована на работу по учебно – методическому комплекту:

1. Основы безопасности жизнедеятельности: 5 - 9 классы: программа / под ред. Н.Ф. Виноградовой. – М.: Вентана - Граф, 2021.

2. Виноградова Н.Ф. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-6 классы: методическое пособие / Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко и др.– 4-е издание.- М.: Вентана - Граф, 2021.

3. Виноградова Н.Ф. Основы безопасности жизнедеятельности: 7-9 классы: методическое пособие / Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко и др.– 4-е издание. - М.: Вентана - Граф, 2021.

На изучение курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5 - 9 классах отводится по 1 ч в неделю. Программа рассчитана на 34 ч. в год, 170 часов за весь курс обучения.

Конструирование курса осуществлялось с учётом следующих дидактических принципов, которые опираются на личностно-ориентированный и деятельностный подходы в образовании.

1. Учёт требований ФГОС ООО по данной предметной области: приоритетных целей образования; планируемых результатов обучения; требований к личностным, метапредметным и предметным достижениям обучающихся.

2. Реализация принципа природосообразности предполагает учёт актуальности отобранного содержания для обучающихся подросткового этапа развития, психологического статуса, потребностей, интересов, трудностей и проблем повседневной жизни старших подростков.

3. Принцип психологической обусловленности позволяет ученику быть субъектом познавательной деятельности, формировать осознанное отношение к проблемам здоровья, сохранения жизни и эмоционального благополучия, рефлексивные качества (регулирование своего поведения, самоконтроль, самооценку).

4. Принцип практико-ориентированной учебно-познавательной деятельности даёт возможность формировать конкретные умения и навыки, способность оценивать и контролировать свои действия, предвидеть последствия своего (чужого) поведения и своевременно их исправлять. Реализацию данного принципа обеспечивает система практических занятий.

5. Культурологический принцип даёт возможность расширить круг представлений школьников о проблемах здоровья, его укреплении и охране, о видах чрезвычайных ситуаций и правильном поведении в них. Материалы рубрики «Для любознательных» позволяют поддерживать интерес обучающихся к данному предмету, развивают мотивацию к его изучению.

Программа планирует изучение курса ОБЖ в 5—9 классах в соответствии с Примерной основной образовательной программой.

Программное содержание курса построено по линейно-концентрическому принципу, то есть раскрывается последовательно, постепенно усложняясь и расширяясь. В каждой теме обязательно выполняются практические задания, рекомендуются темы проектной деятельности.

Воспитательный потенциал уроков предполагает:

- *установление доверительных отношений между педагогическим работником и обучающимися, способствует позитивному восприятию обучающимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;*
- *побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;*
- *привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания обучающимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;*
- *использование воспитательных возможностей содержания ОБЖ через демонстрацию обучающимся примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций, для обсуждения в классе;*
- *применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают обучающимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися;*
- *включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;*
- *организацию шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;*
- *инициирование и поддержку исследовательской деятельности обучающихся в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст обучающимся возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.*

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личностные результаты:

Патриотическое воспитание:

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;
- ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа;
- уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране;
- формирование чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга — защите Отечества.

Гражданское воспитание:

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей;
- активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации;
- понимание роли различных социальных институтов в жизни человека;
- представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе;
- представление о способах противодействия коррупции;
- готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении;
- готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней);
- сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства;
- понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, осмысление роли государства и общества в решении задачи защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- знание и понимание роли государства в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации, формирование веротерпимости, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, развитие способности к конструктивному диалогу с другими людьми.

Духовно-нравственное воспитание:

- ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;
- готовность оценивать своё поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков;
- активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства; развитие ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключая употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесение иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;
- формирование личности безопасного типа, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности других людей.

Эстетическое воспитание:

- формирование гармоничной личности, развитие способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни;

- понимание взаимозависимости счастливого юношества и безопасного личного поведения в повседневной жизни.

Ценности научного познания:

- ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;

- овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия; формирование современной научной картины мира, понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространённых видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды);

- установка на осмысление опыта, наблюдений и поступков, овладение способностью оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей.

Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- понимание личностного смысла изучения учебного предмета ОБЖ, его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства;

- осознание ценности жизни;

- ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);

- осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;

- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

- умение принимать себя и других, не осуждая;

- умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, уметь управлять собственным эмоциональным состоянием;

- сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

Трудовое воспитание:

- активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания;

- осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого;

- готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности;

- осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей; укрепление ответственного отношения к учёбе, способности применять меры и средства

индивидуальной защиты, приёмы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; овладение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях;

- установка на овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды).

Экологическое воспитание:

- ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения;

- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;

- осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред;

- готовность к участию в практической деятельности экологической направленности;

- освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Метапредметные результаты (универсальные учебные действия) Познавательные:

- использовать умственные операции (анализ, синтез, сравнение, классификация и др.) для оценки, интерпретации, обобщения получаемой информации;

- сопоставлять информацию по одной и той же проблеме, полученную из разных источников (текст, иллюстрация, графическое представление);

- сравнивать чрезвычайные ситуации, классифицировать их по степени опасности для жизни и здоровья людей;

- осуществлять поиск информации, необходимой для выбора правильных решений в чрезвычайных ситуациях, связанных с бытом, повседневной школьной жизнью, отдельными природными и техногенными происшествными.

Регулятивные:

- планировать по собственному побуждению свою жизнь и деятельность, ориентируясь на изученные правила поведения в различных ситуациях;

- контролировать своё поведение, проявлять желание и способность предвидеть последствия своих действий и поступков;

- оценивать неординарные, чрезвычайные ситуации, определять ошибки в действиях их участников, намечать способы их устранения.

Коммуникативные:

- участвовать в диалоге (высказывать своё мнение, терпимо относиться к разным мнениям, объективно оценивать суждения участников);

- формулировать обобщения и выводы по изученному материалу;

- составлять обоснованные суждения о правилах поведения в различных чрезвычайных ситуациях;

- характеризовать понятия (в рамках изученных), пользоваться словарями для уточнения их значения и смысла;

- характеризовать причины происходящих событий, делать выводы о возможных способах их устранения.

Предметные результаты

Учащиеся научатся:

- объяснять смысл основных понятий (в рамках изученного материала);

- характеризовать государственную политику, связанную с предотвращением различных чрезвычайных ситуаций и борьбой с ними (в рамках изученного материала);
- раскрывать особенности семьи как социального института; характеризовать факторы благополучных взаимоотношений в семье;
- выявлять факторы, влияющие на здоровье и благополучие человека;
- раскрывать особенности организации безопасного туризма, отдыха, игр и занятий;
- классифицировать и характеризовать виды чрезвычайных ситуаций, особенности каждого вида;
- анализировать и оценивать ситуации, связанные с опасностями для здоровья и жизни человека в близком окружении и в масштабах региона;
- различать чрезвычайные ситуации разного вида (природные, биологические, техногенные, социальные); приводить примеры разных видов чрезвычайных ситуаций;
- предвидеть возможные последствия своих действий и поведения;
- проявлять желание противостоять негативным влияниям окружающей социальной среды, коллектива сверстников, взрослых;
- организовывать режим, двигательную активность, закаливание и др.;
- проявлять разумную предосторожность в выборе мест для игр, пользовании бытовыми электроприборами;
- ориентироваться в дорожной обстановке, соблюдать правила дорожного движения;
- оказывать первую помощь в различных чрезвычайных ситуациях.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Содержание учебного предмета ОБЖ для 5-6 класса содержит следующие разделы:

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 глаз инородного тела.

Как вести здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье. 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.

Безопасный дом. Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры и 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 кровотечении. Помощь заболевшему ребёнку.

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

На игровой площадке

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

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. 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

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; 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

«Органы чувств человека», «Курить — здоровью вредить», «Экскурсия в природу»¹. Ведущие содержательные линии программы соответствуют разделам учебника «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-6 класса.

Во введении к учебнику обсуждается необходимость изучения курса ОБЖ и роль полученных знаний и приобретённых на занятиях по этому предмету умений в правильной организации жизни человека.

При изучении раздела «Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя» обсуждается проблема зависимости здоровья и благополучия человека от знания индивидуальных и типологических особенностей организма. Изучаются правила поведения, обеспечивающие нормальную работу систем органов (кровеносной, дыхательной, пищеварительной, нервной), а также даются рекомендации по соблюдению принципов рационального питания, движения и гигиены.

В разделе «Мой безопасный дом» содержится информация о чрезвычайных (аварийных) ситуациях, которые могут возникнуть в доме, в школе при нарушении правил поведения и техники безопасности.

В разделе «Школьная жизнь» рассматривается две проблемы. День школьника начинается с дороги, поэтому учащиеся знакомятся с правилами дорожного движения и рассматривают опасные ситуации, участниками которых могут стать пешеход и пассажир. Особое внимание уделяется поведению учащихся в школе и на пришкольной территории, выбору безопасных способов разрешения возможных конфликтов.

Формы организации учебного процесса:

- урок-лекция;
- урок-беседа;
- урок-экскурсия;
- киноурок;
- урок самостоятельной работы;
- лабораторные и практические занятия;
- уроки с разнообразными видами заданий.

Основные виды учебной деятельности:

- Соблюдать «Правила личной гигиены».
- Выбор безопасного маршрута от дома до школы.
- Анализ и характеристика дорожных знаков.
- Соблюдать «Правила поведения в школе».
- Соблюдать правила безопасного обращения с качелями, с велосипедом.
- Уметь ориентироваться на местности.
- Сбор снаряжения к походу; определение режима дня; режима питания и меню.

Содержание курса ОБЖ для 7-9 класса содержит следующие разделы:

Введение. Основы безопасности жизнедеятельности. Это нужно знать

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

Расширение кругозора. Физическое воспитание в Спарте.

Здоровый образ жизни. Что это?

Зависит ли здоровье от образа жизни? Образ жизни. Слагаемые здоровья.

Физическое здоровье человека. Значение физической культуры для здоровья человека. Что такое физическое здоровье. Физическая культура и служба в армии. Закаливание - способ тренировки организма. Виды закаливания. Правила гигиены.

Расширение кругозора. Русская баня и здоровье. Примеры закаливания.

Правильное питание. Характеристика жиров, белков и углеводов. Режим питания. Правила питания. Продукты питания как экологический фактор. Питание и болезни. Диета.

Расширение кругозора. Чемпион среди круп по содержанию белков. Благоприятное воздействие зелёного чая.

Психическое здоровье человека. Показатели психического здоровья и нездоровья. Влияние воли на эмоциональное состояние человека. Правильная организация жизнедеятельности. Воздействие шумов на организм человека. Компьютер и здоровье. Информационная безопасность.

Социальное здоровье человека. Что такое социальное здоровье человека. Общение. Правила коммуникации. Учение — социально важная деятельность. Круг интересов человека. Фанаты и поклонники.

Расширение кругозора. Дети-Маугли.

Репродуктивное здоровье подростков и его охрана. Определение репродуктивного здоровья. Половое созревание. Особенности развития мальчиков и девочек (юношей и девушек). Риски старшего подросткового возраста.

Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни

Как вести себя при пожаре. Причины и последствия пожаров. Поражающие факторы пожара. Правила пожарной безопасности. Безопасность во время праздничных фейерверков. Можно ли тушить пожар самостоятельно? Правила эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения. Помощь при ожогах.

Чрезвычайные ситуации в быту. Залив жилища. Опасное электричество. Первая помощь при электротравмах. Утечка газа. Отравление угарным газом.

Бытовая химия. Правила хранения в помещении опасных жидкостей. Правила поведения с немаркированными ёмкостями. Отравление ядохимикатами. Первая помощь при отравлении опасными жидкостями и ядохимикатами.

Разумная предосторожность. Досуг в городе; каких мест лучше избегать. Как вести себя на улице. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Что делать, если произошло нападение. Самооборона.

Расширение кругозора. Уголовный кодекс РФ о проникновении в чужое жилище.

Опасные игры. Места, где играть запрещено. Опасности, которые скрывает карьер. Экстрим в игре и спорте. Неразорвавшиеся боеприпасы.

Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе

Лес — это серьёзно. Ядовитые растения. Несъедобные для человека грибы. Правила сбора грибов, которые помогут избежать отравления. Правила грибной кулинарии. Первая помощь при отравлении грибами.

Дикие животные. Насекомые. Гроза в лесу. Правила поведения при грозе.

Расширение кругозора. Ядовитые растения. Мифы о грибах. Опасные земноводные.

Водоём зимой и летом. Опасные ситуации на воде, причины возникновения. Правила отдыха на воде, правила катания на лодке. Помощь утопающему. Помощь человеку, оказавшемуся в полынье. Правила зимней рыбалки.

Современный транспорт и безопасность

Транспорт в современном мире.

Расширение кругозора. Экологически безопасный транспорт.

Чрезвычайные ситуации на дорогах. Транспорт как источник опасности. Опасные игры на дорогах. Дорожно-транспортное происшествие: причины и последствия. Правила поведения при дорожно-транспортном происшествии. Первая помощь при травмах: как остановить кровотечение, как наложить шину.

Расширение кругозора. Водитель в чрезвычайной ситуации.

Опасные ситуации в метро. Правила поведения в метро: движение на эскалаторе; ожидание поезда; в вагоне.

Авиакатастрофы. Подготовка к полёту. Правила поведения на борту авиалайнера. Пожар на борту самолёта. Разгерметизация самолёта. Аварийная посадка.

Расширение кругозора. Права командира авиалайнера в экстренных ситуациях.

Железнодорожная катастрофа. Действия в случае крушения поезда.

Безопасный туризм

Обеспечение безопасности в туристских походах. Туризм — отдых, связанный с преодолением трудностей. Объективные и субъективные трудности туристского похода. Правила безопасности в туристском походе. Преодоление естественных препятствий. Безопасное место для бивуака. Правила безопасного поведения в случае, когда турист отстал от группы. Туризм и экология окружающей среды.

Обеспечение безопасности в водном туристском походе. Подготовка к походу. Правила безопасного поведения в водном походе. Узлы в туристском походе.

Расширение кругозора. Как правильно выбрать для похода рюкзак. Вязание узлов (исторический экскурс).

Когда человек сам себе враг

Курение убивает! Опасности курения: что содержит в себе сигаретный дым. Почему курение мешает учению. Физическое состояние подростков-курильщиков.

Расширение кругозора. История табака и курения.

Алкоголь и здоровье. Воздействие алкоголя на организм человека. Первая помощь при отравлении алкоголем. Как уберечь себя от алкоголизма.

Расширение кругозора. Как на Руси относились к алкоголю.

Скажем наркотикам — нет! Что такое наркотики и наркомания. Воздействие наркотика на организм человека. Токсикомания.

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

Чрезвычайные ситуации и их классификация. Определение чрезвычайной ситуации.

Классификация чрезвычайных ситуаций. Система оповещения в чрезвычайных ситуациях.

Общие правила эвакуации.

Природные чрезвычайные ситуации. Землетрясение. Извержение вулкана. Сели и оползни. Снежные лавины. Ураган, буря, смерч. Цунами. Наводнения. Природные пожары. Правила поведения в природных чрезвычайных ситуациях.

Расширение кругозора. Ураган Фифи.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Причины и виды техногенных ЧС.

Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения. Аварии с утечкой химических и радиоактивных веществ. Виды радиационно-опасных объектов. Аварии на гидродинамических объектах. Правила поведения при авариях различного вида.

Расширение кругозора. Из истории техногенных катастроф.

Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации

Экстремизм и терроризм. Что такое экстремизм, его истоки и причины. Крайние проявления экстремизма. Что такое терроризм, его проявления. Правила поведения во время взрыва и после него. Как вести себя в плену у террористов. Как вести себя во время спецоперации по освобождению заложников.

Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму.

Национальная безопасность Российской Федерации. Что такое национальная безопасность. Условия обеспечения национальной безопасности Российской Федерации.

Практические работы:

- Подготовка программы закаливания для человека, который часто болеет простудными заболеваниями.
- Изучение физических упражнений, которые помогают снять напряжение разных групп мышц. Определение степени развития своих волевых качеств.
- Анализ «пищевой пирамиды» и составление меню школьника на день.
- Составление рациона питания с учётом соотношения белков, жиров и углеводов. Анализ соотношения своего роста и веса. Анализ информации на этикетках продуктов.
- Выявление возможных источников шума в современной городской квартире.
- Изучение правил пользования газовыми и электрическими приборами; знакомство с устройством и принципом действия пожарного крана; знакомство с устройством углекислотного и воздушно-пенного огнетушителей.

- Психологическая подготовка к встрече с преступником; знакомство с подручными предметами, которые можно использовать как средство защиты от нападения. Отработка линии поведения в чрезвычайной ситуации (злоумышленник пытается проникнуть в квартиру).
- Отработка приёмов проведения искусственного дыхания.
- Отработка правил поведения при аварийной посадке самолёта.
- Составление графика движения в туристском походе; составление программы поиска потерявшегося туриста и программы его действий в ситуации автономного пребывания в природе. Освоение разных видов узлов. - Оказание первой помощи при небольших ранах, ссадинах, переломах, ушибах.
- Анализ положений Федерального закона «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».
- Анализ положений Федерального закона «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

Проектная деятельность (примерные темы):

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

Формы организации учебного процесса:

- урок-лекция;
- урок-беседа;
- урок-экскурсия;
- киноурок;
- урок самостоятельной работы;
- лабораторные и практические занятия;
- уроки с разнообразными видами заданий.

Основные виды учебной деятельности:

- Отбор и сравнение материала по нескольким источникам.
- Анализ проблемных ситуаций.
- Определение видовых особенностей ядовитых растений; определение ядовитых или несъедобных грибов.
- Действия по оказанию первой помощи при кровотечениях; наложение шины.
- Алгоритмизация поведения во время пожара в поезде.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
1	Первичный инструктаж по охране труда. Введение. Изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».	1

2	За что „отвечают" системы органов.	1
3	За что „отвечают" системы органов.	1
4	Как укреплять нервную систему.	1
5	Как можно тренировать сердце.	1
6	Упражняем дыхательную систему.	1
7	Питаемся правильно.	1
8	Практическая работа "Продукты содержащие кальций, витамин С".	1
9	Здоровье органов чувств.	1
10	Здоровье органов чувств.	1
11	Проектная деятельность по теме: Слух человека и животных. Сравнительная характеристика.	1
12	Проектная деятельность по темам: Как сохранить обоняние? Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его?	1
13	Здоровый образ жизни.	1
14	Чистота — залог здоровья.	1
15	Чистота — залог здоровья.	1
16	Движение — это жизнь.	1
17	Закаливание.	1
18	Компьютер и здоровье.	1
19	Повторение и обобщение по теме «Здоровый образ жизни».	1
20	Мой безопасный дом.	1
21	Мой безопасный дом.	1
22	Техника безопасности в доме.	1
23	Техника безопасности в доме.	1
24	Дорога в школу и обратно.	1
25	Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения.	1
26	Знаки дорожного движения.	1
27	Знаки дорожного движения.	1
28	Безопасная дорога.	1
29	Школьник как пешеход и пассажир.	1
30	Общие правила школьной жизни.	1
31	Правила поведения в школе.	1
32	Если в школе пожар.	1
33	Итоговое тестирование.	1
34	Безопасность жизнедеятельности во время летних каникул.	1
	Всего часов:	34

6 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
1	Первичный инструктаж по охране труда. Введение.	1
2	Подготовка к прогулке.	1
3	На игровой площадке.	1
4	На игровой площадке.	1
5	На игровой площадке.	1
6	Учимся оказывать первую помощь (ушибы).	1
7	Учимся оказывать первую помощь (вывихи).	1
8	Учимся оказывать первую помощь (переломы).	1
9	Встреча с животными.	1
10	Встреча с животными.	1

11	Первая помощь при укусе собаки.	1
12	Ориентирование по компасу, солнцу, часам.	1
13	Ориентирование по Полярной звезде, местным признакам.	1
14	Измерение расстояния на местности.	1
15	Ориентирование.	1
16	Ориентирование.	1
17	Правила поведения во время прогулок и на экскурсии.	1
18	Первая помощь при солнечном или тепловом ударе.	1
19	Если встретилась опасность...	1
20	Первая помощь при укусе насекомого, змеи.	1
21	Расширяем свои знания о змеях.	1
22	Ядовитые растения и грибы.	1
23	Ядовитые растения и грибы.	1
24	Первая помощь при отравлении.	1
25	На водоеме.	1
26	Правила безопасного поведения на воде.	1
27	Первая помощь при утоплении.	1
28	Правила безопасного поведения на льду.	1
29	Проектная деятельность на тему: Экскурсия в природу.	1
30	Проектная деятельность на тему: Экскурсия в природу.	1
31	Практическая работа "Оказание первой помощи утопающему".	1
32	Обобщение пройденного материала за курс 6 класса.	1
33	Итоговое тестирование.	1
34	Безопасность жизнедеятельности во время летних каникул.	1
	Всего часов:	34

7 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
1	Первичный инструктаж по охране труда. Введение.	1
2	Любим ли мы туристические походы.	1
3	Правила организации туристского похода.	1
4	Подбор снаряжения для похода.	1
5	Походная аптечка.	1
6	Знакомимся с лекарственными растениями.	1
7	Режим дня в туристическом походе.	1
8	Походная еда.	1
9	Первая помощь пострадавшему в походе.	1
10	Лечение ожогов в туристском походе.	1
11	Когда человек сам себе враг.	1
12	Вред алкоголя.	1
13	Вред курения.	1
14	Скажем наркотикам «Нет!».	1
15	Проектная деятельность на тему «Вредные и опасные привычки».	1
16	Упражнения при простуде и влажном кашле.	1
17	Первая помощь при отравлении.	1
18	Аллергия и её влияние на организм человека.	1
19	Если в глаз попала соринка.	1
20	Заболевания, вызванные отсутствием гигиены.	1
21	Правила закаливания.	1

22	Безопасная работа за компьютером.	1
23	Приёмы безопасного обращения с клеем при проведении домашних хозяйственных работ.	1
24	Первая помощь при отравлении газом.	1
25	Сотрясение мозга. Остановка кровотечения из носа.	1
26	Первая помощь при ожогах и отравлении угарным газом.	1
27	Способы снятия усталости.	1
28	Первая помощь при вывихах и переломах.	1
29	Первая помощь при утоплении, судороге.	1
30	Первая помощь при потёртости кожи.	1
31	Способы тренировки дыхательной системы.	1
32	Обобщение пройденного материала за курс 7 класса.	1
33	Итоговое тестирование.	1
34	Безопасность жизнедеятельности во время летних каникул.	1
	Всего часов:	34

8 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
1	Первичный инструктаж по охране труда. Введение.	1
2	Что такое ЧС.	1
3	Классификация ЧС.	1
4	Современная семья как институт воспитания.	1
5	Здоровый образ жизни.	1
6	Физическое здоровье человека.	1
7	Правильное питание.	1
8	Психологическое здоровье человека.	1
9	Социальное здоровье человека.	1
10	Репродуктивное здоровье подростков и его охрана.	1
11	Человек и окружающая среда.	1
12	Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни.	1
13	Как вести себя при пожаре.	1
14	Чрезвычайные ситуации в быту.	1
15	Разумная предосторожность.	1
16	Опасные игры: неразорвавшиеся боеприпасы.	1
17	Экстремальные виды спорта и развлечений.	1
18	Правила пользования газовыми и электроприборами.	1
19	Оказание помощи при ожогах, отравлениях, переломах.	1
20	Средства пожаротушения.	1
21	Практическая работа "Отработка схемы действий в ЧС".	1
22	Практическая работа "Отработка схемы действий в ЧС".	1
23	Транспорт в современном мире.	1
24	Чрезвычайные ситуации на дорогах.	1
25	Правила езды велосипедиста.	1
26	Опасные игры на дорогах: бокинг, ВМХ и др.	1
27	Опасные ситуации в метро.	1
28	Авиакатастрофы, правила поведения на борту авиалайнера.	1
29	Железнодорожные катастрофы. Зацепинг - опасная игра.	1
30	Первая помощь при кровотечениях.	1
31	Первая помощь при кровотечениях.	1

32	Обобщение пройденного материала за курс 8 класса.	1
33	Итоговое тестирование.	1
34	Безопасность жизнедеятельности во время летних каникул.	1
	Всего часов:	34

9 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов
1	Первичный инструктаж по охране труда. Введение.	1
2	Безопасный отдых и туризм. Виды туризма.	1
3	Групповое снаряжение походной туристской группы.	1
4	Трудности турпохода. Обеспечение безопасности в турпоходе. Движение по маршруту.	1
5	Правила преодоления естественных препятствий.	1
6	Обеспечение безопасности при переправах через водные препятствия.	1
7	Водный туризм. Правила поведения на воде.	1
8	Узлы в туристском походе.	1
9	Правила разведения костра. Быт туриста. Туризм и экология окружающей среды.	1
10	Правила поведения туриста, если он отстал от группы. Сигналы бедствия.	1
11	Вредные привычки и их факторы, влияние на здоровье.	1
12	Вред курения.	1
13	Вред алкоголя, первая помощь при отравлении алкоголем.	1
14	Наркотики - яд, первая помощь при отравлении.	1
15	Токсикомания - страшная зависимость, её внешние проявления.	1
16	Детская игромания - вредная зависимость.	1
17	ЧС природного и техногенного характера.	1
18	Система оповещения о ЧС. Правила эвакуации.	1
19	ЧС природного характера, их классификация.	1
20	Природные ЧС. Предвестники ЧС.	1
21	Особенности поведения во время природных ЧС.	1
22	Последствия природных ЧС.	1
23	ЧС техногенного характера: причины возникновения и виды техногенных ЧС.	1
24	Пожары, их виды.	1
25	Практическая работа " Первая помощь при травмах, кровотечениях".	1
26	Практическая работа " Первая помощь при открытом переломе конечности".	1
27	Практическая работа " Первая помощь при отравлении химическими веществами".	1
28	Эпидемии. Эпифитотии. Эпизоотии.	1
29	ЧС социального характера: экстремизм и терроризм.	1
30	Практическая работа " Законодательство РФ о противодействии экстремизму и терроризму".	1
31	Личная безопасность при теракте. Поведение при обнаружении подозрительного предмета, взятии в заложники, во время спецоперации, после взрыва. Практическая работа " Первая помощь	1

	при ранениях, вызванных взрывами".	
32	Обобщение пройденного материала за курс 9 класса.	1
33	Итоговое тестирование.	1
34	Безопасность жизнедеятельности во время летних каникул.	1
	Всего часов:	34