



ПРАВИТЕЛЬСТВО САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 253  
Приморского района Санкт-Петербурга  
имени капитана 1-го ранга П.И. Державина

РАССМОТРЕНО

на заседании МО учителей ФИТМО

Протокол № 1 от «31» августа 2021 г.

Председатель МО   
А.В. Попова

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

 А. К. Шабанов

ПРИНЯТО на заседании

Педагогического совета ГБОУ № 253  
Протокол №1 от 31.08.2021

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы № 253

 Н. А. Фурсова



**Рабочая программа  
по основам безопасности  
жизнедеятельности  
для учащихся 5 - 9 - го класса  
2021 - 2022 учебный год**

Санкт-Петербург  
2021

## Пояснительная записка

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности составлена на основе примерной программы по основам безопасности жизнедеятельности: 5—9 классы : Рабочая программа / Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов, А. Б. Таранин. — М. : ВентанаГраф, 2017. — 67, [2] с.

Программа соответствует учебникам: Основы безопасности жизнедеятельности. 5—6 классы: учебник/ Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов, Л. В. Сидоренко и др.-5-е изд., стереотип. - М. : Вентана-Граф, 2020. -157, (3)с. : ил. –(Российский учебник)

Программа соответствует учебникам: Основы безопасности жизнедеятельности. 7—9 классы: учебник/ Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов, Л. В. Сидоренко и др.-3-е изд., перераб.- М.: Вентана-Граф, 2019. -272, с: ил. – (Российский учебник)

### Нормативными документами для составления рабочей программы являются:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с изменениями и дополнениями;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897;
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 28.12.2018 г. № 345 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;
4. Основная образовательная программа основного общего образования; (5-9класс),
5. Распоряжение Комитета по образованию N 988-р от 16.04.2020 «О формировании календарного учебного графика государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующего основные общеобразовательные программы в 2020/2021 учебном году»;
6. Локальные акты учебного заведения:
  - Положение о рабочей программе;
  - Положение о ведении электронного классного журнала, утвержденного приказом от 30.08.2016 г. № 244/3.
7. Примерные программы, созданные на основе федерального государственного образовательного стандарта.(5-10 класс)

Программа отражает один из возможных вариантов реализации требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и Примерной основной образовательной программы основного общего образования по предмету

«Основы безопасности жизнедеятельности». В рекомендациях по тематическому и поурочно-тематическому планированию авторы программы опираются на материалы учебников «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5—9 классов авторского коллектива в составе Н. Ф. Виноградовой, Д. В. Смирнова, Л. В. Сидоренко, А. Б. Таранина. Структура и содержание программы соответствуют требованиям Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Природная и социальная среда, в которой сегодня живут люди на планете Земля, наполнена многочисленными факторами, представляющими потенциальную опасность, разную по степени влияния на жизнь и здоровье человека. К таким факторам относятся *природные, техногенные и социальные* чрезвычайные ситуации. К первым относят различные стихийные бедствия (землетрясения, штормы, сели, извержения вулканов и пр.), ко вторым — аварии и техногенные происшествия, к третьим — социальные ситуации, связанные с актами терроризма, асоциальным поведением людей. Среди социальных ещё выделяются бытовые ситуации, провоцируемые нарушением правил технической безопасности в быту, а также дорожные, характеризующие поведение человека на дорогах, в транспорте, имеющее негативные последствия для здоровья людей и благополучия окружающей среды. Одним из показателей благополучия и здоровья людей является продолжительность жизни. По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ), сегодня продолжительность жизни в России такова: мужчин — 63 года, женщин — 75 лет. (Средняя продолжительность жизни в группе стран с высоким уровнем дохода, куда входит и Россия, составила 75,8 лет для мужчин и 82 года для женщин.) Основными причинами смертности в России, как и во всём мире, в 2012 году стали неинфекционные заболевания. Это так называемые «тихие убийцы», или болезни, которые формируются образом жизни и вредными привычками человека: неправильным питанием, курением, употреблением алкоголя и наркотических средств, игровой зависимостью, малоактивным образом жизни. Статистические данные говорят о том, что число техногенных катастроф в мире резко увеличилось с конца 1970-х годов. Особенно участились транспортные катастрофы, дорожные, авиационные, морские и речные. Многие из них сопровождаются людскими потерями, огромными материальными затратами. Часто причиной таких катастроф является человеческий фактор. Известно, что нравственная составляющая цивилизации отстаёт от научно-технического прогресса, что приводит к недостаточной осознанности, рефлексии своего поведения гражданами, увеличению риска отрицательных последствий их действий. Так, по данным ВОЗ, смертность от несчастных случаев на производстве, транспорте и в быту занимает третье место после сердечно-сосудистых и онкологических заболеваний. Травматизм является главной причиной смерти человека от 2 лет до 41 года. По данным официальной статистики, в настоящее время в России ежегодно в авариях и катастрофах погибают в среднем более 50 тыс. человек, а от несчастных случаев, связанных с отравлением фальсифицированными (суррогатными) спиртными напитками, — более 40 тыс. человек в год. Необдуманное вмешательство человека в жизнь природы приводит к нарушению экологической гармонии (загрязнению воздуха, воды, почвы, нарушению природных сообществ и др.) и возникновению ситуаций, которые негативно влияют на жизнь и здоровье людей. Не у каждого современного человека в достаточной степени развита способность быстро оценить возникшую ситуацию, принять верное решение, от которого зависят благополучие, здоровье, а подчас и жизнь как его самого, так и окружающих людей. В современных условиях интенсификации любой деятельности человека, усложнения используемых им технических средств возрастает общественное значение состояния

здоровья каждого человека. Сохранение и укрепление здоровья каждого гражданина — от младенца до человека преклонного возраста — является важнейшей государственной задачей. В государственных документах подчёркивается, что сознательная ориентация на здоровый образ жизни и выполнение правил сохранения и укрепления здоровья должна стать важнейшим критерием культуры гражданина XXI века. Одной из ключевых образовательных задач в основной школе является «формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и дорогах».

Учащиеся 5—7 классов вполне самостоятельно передвигаются по улицам и дорогам, посещают игровые площадки, выбирают по своему усмотрению занятия и игры. Они часто находятся дома одни, пользуются бытовыми электроприборами и газовыми плитами, участвуют в разнообразной семейной хозяйственно-бытовой деятельности. Отсутствие готовности к принятию правильных решений в различных жизненных ситуациях, способности к предвидению последствий своего поведения, неумение осуществлять самоконтроль и самооценку часто приводят к ошибочным действиям подростка, несчастным случаям и трагическим результатам.

Учащиеся 8—9 классов вступают в пору юношества. Их отличает такая особенность психического развития, как юношеский максимализм, то есть проявления категоричности, прямолинейности в суждениях. Они склонны к конфликтам, не готовы к позитивному диалогу. Им недостаёт сдержанности и гибкости. Старшие подростки и юноши стремятся к подражанию взрослым, часто рассматривают негативные проявления как признаки самостоятельности и взрослости. Они недооценивают необходимость критической оценки своих действий и поступков, часто безответственно относятся к своему здоровью. В то же время ребята этого возраста активны, умны, сообразительны, многие из них технически грамотны, блестяще владеют компьютером, часто и подолгу общаются в Интернете. Это говорит о том, что подростковый и юношеский возраст — наиболее сензитивный период развития, когда осознаются многие проблемы, связанные с жизнедеятельностью, её охраной и правильной безопасной организацией.

### **Основные цели изучения учебного предмета .**

1. **Формирование** у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих.
2. **Развитие навыков** сохранения жизни и здоровья в неблагоприятных, 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.

Особенность курса — в его практической направленности. Главными методами обучения являются рефлексивный *анализ* конкретных жизненных ситуаций, с которыми могут встретиться обучающиеся, а также *практические занятия*, на которых они получают

умения и навыки, необходимые для возможного предупреждения чрезвычайных ситуаций, правильного поведения в том случае, если они произошли.

В процессе изучения данного курса не только расширяются представления учащихся 5—9 классов о правилах безопасности в повседневной жизни человека. Обсуждаются конкретные реальные ситуации, связанные с бытовыми, природными и социальными явлениями, которые могут быть опасными для здоровья и жизни человека. Многие проблемы, раскрываемые в программе ОБЖ, особенно актуальны для старших подростков, так как связаны с вредными привычками, асоциальным поведением, чрезвычайными ситуациями социального характера. На практических занятиях у обучающихся развивается способность предвидеть опасность той или иной, казалось бы, обычной жизненной ситуации, происходит становление умений оказывать первую помощь (психологическую, организационную, медицинскую) в различных чрезвычайных ситуациях. Школьники получают элементарные знания о законах Российской Федерации, касающиеся безопасности граждан и противодействия чрезвычайным ситуациям. Таким образом, можно сделать вывод, что изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» внесёт существенный вклад в развитие гармоничной личности российского школьника. 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 поможет учителю планировать 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.

### **Основной задачей изучения учебного предмета является**

Воспитать ответственное отношение к окружающей природной среде; к личному здоровью, как индивидуальной, так и общественной ценности; к безопасности личности, общества и государства.

### **Реализация программы в условиях обучения с использованием дистанционных образовательных технологий**

Обучение учащихся осуществляется в очной форме с применением дистанционных технологий. Для организации обучения с использованием порталов дистанционного обучения учителями применяются рекомендованные источники:

#### **Портал дистанционного обучения (<http://do2.rcokoit.ru>) -**

- содержит удобные тесты;
- дает возможность учителю комментировать работу ученика, указывать на ошибки;
- доступ к заданиям открыт в любое время;
- задания портала связаны с упражнениями в учебнике, дополняют их, облегчают работу учащимся.

**Российская электронная школа.** <https://resh.edu.ru/> - это информационнообразовательная среда, объединяющая ученика, учителя, родителя и открывающая равный доступ к качественному общему образованию независимо от социокультурных условий:

-- доступ к дополнительным интересным материалам (например, можно посмотреть фильм или посетить виртуальный музей); -удобные инструменты обучения.

#### **Google Класс** – бесплатный веб-сервис:

- учащиеся получают задания от учителей, осуществляется обратная связь с учащимися;
- предоставляет возможность комментировать выполнение заданий детьми, поставить оценку;
- доступно проведения проверочных работ, тестов с он-лайн результатами; - учащиеся работают самостоятельно, без помощи родителей;
- предоставляется возможность работы с телефона. **Инфорурок** <https://infourok.ru/>.
- учащиеся получают задания от учителей, осуществляется обратная связь с учащимися;

- предоставляет возможность комментировать выполнение заданий детьми, поставить оценку;
- доступно проведения проверочных работ, тестов с он-лайн результатами; учащиеся работают самостоятельно, без помощи родителей;
- предоставляется возможность работы с телефона. **Я класс** <https://www.yaklass.ru/>.

-в разделе «Предметы» есть вся необходимая теория, чтобы ученики могли обратиться за справкой

- в «Редакторе предметов» вы можете размещать собственные учебные материалы и задания, в том числе метапредметные

-если ученик выполнил задание неправильно, ему помогут «Шаги решения». Система выдаст подробное объяснение алгоритма решения, а после предложит сделать новое упражнение — для отработки и закрепления материала

### **Формы проведения занятий с использованием ДОТ**

**Синхронный** (он-лайн обучение): коммуникация происходит в реальном времени, по расписанию, приближенному к обычному

**Асинхронный:** учащиеся получают материалы для самостоятельного изучения, домашние задания, тесты по альтернативным источникам (учебники, рабочие тетради и т.п.). Задания высылаются учащимися к определённому сроку при помощи средств коммуникации с обратной связью: почта, чат, социальные сети, электронный дневник.

Взаимодействие с учащимися и их родителями при использовании ДОТ осуществляется на основе использования возможностей социальных сетей (в контакте, ватсап и др), сервисов Classroom, Zoom. При отсутствии электронных средств у учащихся дети работают при помощи альтернативных источников обучения.

### **Планируемые результаты обучения**

#### **Личностные результаты:**

- освоение социальных норм поведения, социальных ролей, связанных с необычными, неожиданными и чрезвычайными ситуациями;
- сформированность социально значимых межличностных отношений, ценностных жизненных установок и нравственных представлений;
- эмоционально-отрицательная оценка потребительского отношения к окружающей среде, к проявлению асоциального поведения;
- наличие способности предвидеть результаты своих действий, корректировать те из них, которые могут привести к нежелательным и/или опасным последствиям;
- устойчивое стремление и готовность к саморазвитию и личностному совершенствованию.

#### **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 происшествиями. **Регулятивные:**
- планировать по собственному побуждению свою жизнь и деятельность, ориентируясь на изученные правила поведения в различных ситуациях; контролировать своё поведение, проявлять желание 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, использовании бытовыми электроприборами;
- ориентироваться в дорожной обстановке, соблюдать правила дорожного движения;
- оказывать первую помощь в различных чрезвычайных ситуациях.

### **Содержание учебного предмета**

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5—9 классов включает следующие содержательные линии (разделы).

#### **Введение**

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

#### **Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя.**

Почему нужно знать свой организм. Особенности организма человека. Какие системы органов есть у человека. За что отвечают системы органов, их характеристика. Укрепление нервной системы: что нервная система «любит», чего нервная система «не любит». Тренировка сердца. Развитие дыхательной системы, дыхательные упражнения для утренней гимнастики. Правильное рациональное питание: умеренность, сбалансированность, разнообразие, своевременность. Виды углеводов («медленные», «быстрые»), их влияние на организм и здоровье человека. Пирамида сбалансированного питания. Здоровье органов чувств. Сохранение зрения. Слух, обоняние, вкус. Как вести здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье: условия жизни, образ жизни, врождённые особенности, качество медицинского обслуживания. Организованность и здоровье. Организованность и планирование своей жизни — условия сохранения здоровья. Чистота — залог здоровья. Правила личной гигиены. Тщательно вымытые овощи и фрукты как условие сохранения здоровья. Движение — это жизнь. Положительное влияние физкультурна организм человека. Комплекс упражнений для развития движений. Программа повышения уровня своей физической подготовки. Закаливание как условие сохранения здоровья. Значение закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Правила закаливания. Компьютер и здоровье. Отрицательное влияние работы с компьютером на здоровье человека: усталость, перевозбуждение, ухудшение зрения, отрицательное эмоциональное состояние, «синдром круглой спины». Правила безопасного пользования компьютером. Упражнения, которые снимают усталость при работе с компьютером.

#### **Мой безопасный дом**

Поддержание чистоты и порядка в доме. Мыши, крысы, тараканы — животные не домашние! Распространение грызунами и тараканами опасных инфекционных заболеваний. Чистота — одно из условий борьбы с грызунами и тараканами. Соблюдение

правил при проведении хозяйственных работ (мытьё посуды, уборка комнат). Дела домашние: техника безопасности. Проявление осторожности, предусмотрительности при проведении хозяйственных работ (работа с клеем, молотком, пилой и пр.). Правила поведения при появлении запаха газа, при пожаре. Безопасное электричество и газ. Правила использования электроприборов; условия возникновения коротких замыканий, пожаров; получение ожогов и травм. Правила безопасного пользования газом.

### **Школьная жизнь**

Дорожное движение в населённом пункте. Выбор пути. Безопасная дорога в школу. Поведение на улицах и дорогах. Знание адреса школы, названия ближайших остановок транспорта. Участники дорожного движения: пассажиры, пешеходы, водители. Соблюдение Правил дорожного движения — условие сохранения жизни и здоровья. Необходимость внимательного отношения к дорожной обстановке, оценка дорожной ситуации. Знаки дорожного движения: предупреждающие, запрещающие, предписывающие. «Дорожные ловушки». Правила передвижения на регулируемых и нерегулируемых перекрёстках и улицах. Правила поведения пешехода и пассажира. Правила поведения в школе. Общие правила поведения в школьном помещении и на территории школы. Поведение на уроках, переменах, в столовой, раздевалке и других школьных помещениях. Общение со сверстниками. Поведение в школе, которое может привести к беде. Устранение конфликтов. Заболевший ученик в школе. Помощь заболевшему сверстнику. Ориентировка в школьных помещениях. Меры предупреждения пожара, правила эвакуации, правила поведения при пожаре.

### **На игровой площадке**

Подготовка к прогулке: выбор обуви и одежды. Поведение на игровой площадке. Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием, при езде на велосипеде, роликовых коньках и пр. Зимние игры. Безопасность катания на санках и ледянках. Предусмотрительность и осторожность во время игр. Особенности поведения на игровой площадке при условии близости игровой зоны для самых маленьких детей. Правила проведения спортивных игр (футбол, волейбол, хоккей и др.) при небольших размерах игровой площадки и близости дороги или шоссе. Оказание первой помощи при ушибах, вывихах, переломах. Животные на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой. Способность определить её настроение по позе и поведению. Предусмотрительность и осторожность. Первая помощь при укусе собаки. **На природе**

Ориентирование на местности. Что такое ориентир. Ориентирование по компасу, Солнцу, часам, Полярной звезде, местным признакам. Измерение расстояния на местности. Опасности, которые могут встретиться в природе. Общие правила поведения в лесу, на водоёме. Правила поведения при экстремальных ситуациях (потеря ориентиров на незнакомой местности и др.). Правила поведения при встрече с опасными животными (насекомые, змеи, звери). Действия человека, которого укусила оса (клещ, змея). Опасности, которые таит вода. Выбор места для купания и его оценка. Правила безопасного поведения на воде при купании, катании на лодке. Оценка состояния льда в осеннее и весеннее время года. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через Водные препятствия. Предусмотрительность и осторожность во время преодоления водных препятствий.

### **Туристский поход: радость без неприятностей**

Подготовка к походу. Правила организации безопасного туристского похода. Подбор снаряжения, сбор продуктов питания. Одежда и обувь для похода. Правила упаковки

рюкзак. Спальный мешок. Походная аптечка. Список лечебных препаратов, необходимых в походе. Режим дня в многодневном походе. Правила организации режима дня туриста: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий и игр. Походная еда, правила её приготовления.

### **Когда человек сам себе враг**

Вредные привычки, их пагубное влияние. Алкоголь. Вред алкоголя для здоровья, умственной деятельности, поведения человека. Особая опасность приёма алкоголя в подростковом возрасте. Курение. Вред курения для здоровья. Особая опасность курения в подростковом возрасте. Медицинские знания и умения: упражнения при простуде и влажном кашле; первая помощь при отравлении; аллергия и её влияние на организм человека; если в глаз попала соринка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (глисты, дизентерия, педикулёз). Правила закаливания. Условия безопасной работы за компьютером. Приёмы осторожного обращения с клеем при проведении домашних хозяйственных работ. Первая помощь при отравлении газом. Симптомы сотрясения мозга, действия в случае подозрения на сотрясение мозга; остановка кровотечения из носа. Правила поведения заболевшего. Помощь при ожогах, отравлении угарным газом. Способы снятия усталости. Предупреждение простудных заболеваний. Первая помощь при подозрении на переломы и вывихи. Первая помощь при укусе собаки. Первая помощь при укусе насекомых, змей, клещей. Ядовитые растения и грибы. Помощь при отравлении грибами. Оказание первой помощи при солнечном ударе, утоплении, судороге. Первая помощь при потёртости кожи. Лечение ожогов в туристском походе.

### **Практические работы**

Способы тренировки дыхательной системы (дыхательные упражнения); проверка степени загрязнения воды; режим питания подростков; овладение приёмами тренировки глаз; выполнение физических упражнений; индивидуальная программа закаливания; правила безопасного пользования компьютером; выбор безопасного пути из дома в школу; оценка дорожной ситуации; правила дорожного движения; обсуждение ситуаций, связанных с поведением в школе; репетиция эвакуации из помещения школы при возникновении пожара; первая помощь при лёгких травмах; овладение навыком работы с компасом; определение сторон света по солнцу; определение сторон света по местным признакам; измерение расстояний на местности; приёмы искусственного дыхания; отличительные признаки ядовитых для человека грибов.

### **Проектная деятельность**

Примерные темы проектов: «Слух человека и животных. Сравнительная характеристика», «Как сохранить обоняние?», «Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его?», «Техника безопасности в жилом доме», «Вредные привычки: алкоголь, курение». Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» для 8—9 классов включает следующие содержательные линии (разделы).

#### **Введение. Почему это нужно знать?**

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

Характеристика современной семьи как института воспитания. Какие бывают семьи (типы современной семьи). Семья как ячейка общества, социальный институт. Функции современной семьи. Условия благополучия в семье. Эмоциональная атмосфера и семейные отношения. Уважение к личности ребёнка, создание демократического стиля взаимоотношений в семье — гарантия эмоционального, психического, душевного благополучия и здоровья детей. Что такое репродуктивное здоровье. Влияние семьи на здоровье подрастающего поколения, его психическое и эмоциональное благополучие. Социальные (общественные) институты и организации, участвующие в охране жизни и здоровья граждан. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Физическое здоровье и условия его сохранения. Психическое здоровье человека. Эмоциональное благополучие и здоровье человека. Внешние признаки здорового человека: уверенная походка, правильная осанка, приятное выражение лица, активность. Факторы, определяющие физическое здоровье человека: наследственность, экология, условия проживания, медицинское обслуживание, желание и воля человека. Физическая культура и здоровье. Психическое здоровье и условия его сохранения: осознание человеком своего «Я», объективная оценка своих возможностей, способностей, успешности деятельности. Адекватность реакций на различные жизненные ситуации, способности самооценке, самоуправлению с учётом социальных норм и правил; стремление планировать свою жизнедеятельность при смене жизненных ситуаций, в том числе при чрезвычайных. Социальные факторы, отрицательно воздействующие на психическое здоровье человека: социальные конфликты, нестабильность в обществе, нарушение взаимоотношений людей и др. Эмоциональное здоровье подростка и условия его сохранения: благополучная адаптация к коллективу сверстников, демократический стиль отношений со взрослыми и сверстниками, интересная познавательная среда, объективная самооценка, правильная организация жизни и деятельности и др. Негативные факторы воздействия на эмоциональное здоровье и благополучие подростка: проблемы в семейных отношениях, неумение общаться (дружить), неблагоприятный школьный климат, необъективная оценка своего «Я» и др. Социальное здоровье и условия его сохранения. Осознанное и добровольное принятие нравственных ценностей общества и их добровольное исполнение как критерий социального здоровья.

### **Человек и окружающая среда**

Неблагополучная экологическая ситуация и зоны риска. Факторы неблагоприятной экологической обстановки: загрязнение воздуха и его причины. «Безобидный воздух», «загрязнённый воздух». Негативное влияние хозяйственной деятельности человека на чистоту воздуха. Ухудшение качества воды и его причины. Типы загрязнений пресных водоёмов: промышленное загрязнение, бытовые отходы, химические вещества, применяемые в сельском хозяйстве, работа водного транспорта. Основные факторы, влияющие на загрязнение почвы, и последствия загрязнения. Человек и мир звуков:

влияние городской экологии на здоровье органов чувств.

### **Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни**

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

Правила пользования электроприборами.

## **Разумная предосторожность**

Предвидение опасностей при выборе места отдыха. Внимательное отношение к объявлениям технических, экологических, санитарных служб. Поведение на улицах населённого пункта. Опасное время суток. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении.

## **Опасные игры**

Неразорвавшиеся боеприпасы. Экстремальные виды спорта и развлечений. Способность предвидеть последствия своего поведения, умение справиться с эмоциями при выборе занятий и развлечений. Современный транспорт и безопасность **Транспорт в современном мире.**

Чрезвычайные ситуации на дорогах. Дорожно-транспортные происшествия. Причины и последствия. Нарушение ПДД как главная причина дорожных происшествий. Опасные игры на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Знаки дорожного движения для велосипедистов. Поведение в дорожно-транспортных происшествиях. Опасные ситуации в метро. Правила поведения на станции метро, эскалаторе, в вагоне поезда. Поведение в салоне авиалайнера. Пожар на борту лайнера или другие чрезвычайные ситуации: правила поведения. Авиакатастрофы. Железнодорожные катастрофы: правила поведения. Опасные игры на железнодорожном транспорте. Отрицательное отношение к ним.

## **Безопасный отдых и туризм**

Виды туризма. Объективные и субъективные трудности туристского похода. Групповое снаряжение походной туристской группы. Обеспечение безопасности в туристских походах: виды опасностей. Движение по маршруту, график движения. Правила преодоления естественных препятствий. Обеспечение безопасности при переправах через водные препятствия. Правила разведения костра. Правила поведения туриста, если он отстал от группы. Сигналы бедствия. Туризм и экология окружающей среды. Обеспечение безопасности в водном туристском походе. Снаряжение для водного туризма. Правила безопасного поведения на воде. Узлы в туристском походе. **Когда человек сам себе враг**

Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания, употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Причины приобщения подростка к курению. Негативное влияние курения на организм подростка. Физическое состояние подростка-курильщика. Алкоголь — разрушитель личности: воздействие алкоголя на организм человека. Отравление алкоголем. Наркотики — яд. Влияние наркотиков на организм: распад личности человека под влиянием наркотиков. Токсикомания — страшная зависимость. Детская игромания — болезненное состояние, которое отражает неуправляемую зависимость человека от процесса игры, неоправданное желание с её помощью устранить свои проблемы.

Самовоспитание: предупреждение привыкания к компьютерным играм. **Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера**

Что такое чрезвычайная ситуация: основные понятия. Классификация чрезвычайных ситуаций (ЧС), их характер и особенности. Система оповещения в ЧС, общие правила эвакуации. Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них. Характеристика наиболее распространённых и опасных ЧС. Геофизические чрезвычайные

ситуации: землетрясение как геофизическое природное явление; наводнения, природные пожары, извержения вулкана, цунами, сели, оползни и др. Предвестники природных ЧС. Поведение ввремя природных ЧС. Чрезвычайные ситуации биологического происхождения и защита от них: эпидемии, энзоотии, эпизоотии (без обязательного усвоения термина). Пути заражения. Способы предупреждения заражения. Чрезвычайные ситуации техногенного характера: причины и виды. Безопасное поведение в техногенных ЧС.

### **Чрезвычайные ситуации социального характера.**

#### **Национальная безопасность Российской Федерации**

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

#### **Медицинские знания и умения**

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

#### **Практические работы**

Навыки работы с документами: понятие «чрезвычайная ситуация», виды ЧС. Самооценка: развитие волевых качеств. Источники шума в современной городской квартире. Аварийная посадка самолёта. Распределение снаряжения между участниками турпохода. График движения по туристскому маршруту. Освоение разных типов узлов. Навыки работы с документами: Федеральный закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака». Водоохранные зоны и прибрежные защитные полосы. Первая помощь при кровотечениях. Навыки работы с документами: Федеральные законы «О противодействии экстремистской деятельности», «О противодействии терроризму». Ознакомление с устройством и порядком использования огнетушителей. Психологическая готовность к встрече с преступником. Использование подручных средств самообороны. Линия поведения в чрезвычайных ситуациях.

### **Проектная деятельность**

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

## Содержание учебного предмета

### Основы безопасности жизнедеятельности 5 класс

(34 часа, 1 час в неделю)

#### Введение (1 час)

Инструктаж по технике безопасности на уроке ОБЖ

Необходимость изучения предмета ОБЖ. Символическое изображение правил ОБЖ.

Анализируют информацию, представленную в тексте учебника (с. 4).

Обсуждают и оценивают проблемные ситуации, представленные в иллюстрациях {учебник, с. 6}.

Анализируют и дают характеристику знакам - символам ОБЖ (учебник, с. 5).

стр 3-6.

#### 2. За что „отвечают“ системы органов.(1 час)

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

Актуализируют знания из имеющегося опыта по данной теме (учебник, с. 8). Выполняют тестовые задания ,оценивают знания об особенностях своего организма (учебник, с, 8).

Работают в парах : правила взаимодействия при решении учебной задачи. стр. 8-9

#### 3. Почему нужно знать свой организм(1 часа )

Организм человека как единое целое. Функции разных систем органов тела.

Изучают строение организма, представляют расположение органов человека. Отвечают на вопросы учебника (с.8)

Знакомятся с системами органов, доказывают истинность высказывания «Организм человека – единое целое» стр. 8 -10 4. **Как укреплять нервную систему(2 часа).**

Выполнение правил бережного отношения к нервной системе Укрепление нервной системы.

Обсуждают и анализируют, что любит нервная система. Работают с иллюстрациями .

Измеряют пульс и составляют план укрепления нервной системы «Что мы обязательно должны делать каждый день, чтобы укреплять нервную систему». стр.

#### 10-11 5. Как можно тренировать сердце.(2 часа)

О чём «рассказывает» пульс. Тренировка сердца.

Анализируют знания о нервной системе. Измеряют пульс до и после нагрузки.

Выполняют ряд физических упражнений.

Запоминают нормальный пульс у детей, делают вывод. стр.12

#### 6. Упражняем дыхательную систему. 2(часа)

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

Вспоминают ответ на вопрос «Что такое дыхательная система?».

Обсуждают вместе «Правила бережного отношения к дыхательной системе».

Упражняют дыхательную систему (дыхательные упражнения).

Работают с рубрикой «Медицинская страничка» (учебник, с. 15).стр. 13-15

### **7. Питаемся правильно. (1 часа)**

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

Принципы рационального питания. Первая помощь при отравлениях и пищевой аллергии.

Читают и анализируют текст «Рациональное питание — что это такое» (учебник, с. 16).

Анализируют схему (пирамиду) сбалансированного питания.

Ведут диалог на основе проведённого опыта и проблемных ситуаций (учебник, с. 19—20).

Оценивают проблемные ситуации «Как мы питаемся».

Выполняют практическую работу «меню для подростка».

Работают с рубрикой «Медицинская страничка» (учебник, с. 22). стр. 16-18 8.

### **Что такое рацион.( 2 часа)**

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

Принципы рационального питания. Первая помощь при отравлениях и пищевой аллергии.

Читают и анализируют текст «Рациональное питание — что это такое» (учебник, с. 16).

Анализируют схему (пирамиду) сбалансированного питания

Ведут диалог на основе проведённого опыта и проблемных ситуаций (учебник, с. 19—20).

Оценивают проблемные ситуации «Как мы питаемся».

Выполняют практическую работу «меню для подростка».

Работают с рубрикой «Медицинская страничка» (учебник, с. 22).стр. 19 - 23

### **9. Здоровье органов чувств. (1 час)**

Правила бережного отношения к органам чувств.

Вспоминают органы чувств. Оценивают себя в тесте на с.24.

Обращают внимание и делают вывод о проверке зрения. Читают и высказывают своё мнение.

### **10.Зрение. 1 (час)**

Правила бережного отношения к органам чувств.

Работают с рубрикой «Знаешь ли ты себя?»: выполняют самоконтроль поведения (оценка выполнения тестовых заданий).

Выполняют практическую работу: тренировка глаз.

Обсуждают и оценивают информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка».стр 24-26 11. **Проектная деятельность.**

*Исследовательская деятельность* по темам «Сохраняем зрение». Сравнительная характеристика», «Как сохранить зрение?», «Богатство зрительных ощущений. Как сохранить его?».

Слушают и обсуждают представленные проекты.

### **12. Проектная деятельность.**

*Исследовательская деятельность* по темам «Слух человека и животных. Сравнительная характеристика», «Как сохранить обоняние?», «Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его?».Слушают и обсуждают представленные проекты.

### **13.Здоровый образ жизни.(1 часа)**

Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье.

Анализируют и высказывают своё мнение «Что влияет на здоровье».

Оценивают себя в тесте «Знаешь ли ты себя?»: Анализируют и обсуждают ситуации (учебник, с. 29).Делают вывод и запоминают.стр. 28 – 29

#### **14. Чистота — залог здоровья.(1 часа)**

Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши). Работают в парах :оценивают «вредные» советы (по текстам и иллюстрациям, учебник, с.

30).

Работают в группах: составляют памятки «Правила личной гигиены».

Работают с текстами и иллюстрациями (учебник, с. 32-36). стр. 30 - 31

#### **15. Правила личной гигиены.(1 часа)**

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

Вспоминают какой вред причиняют мухи. Составляют правила употребления фруктов. Читают и анализируют материал, представленный на «Медицинской страничке» (учебник, с.

31, 33).

Рассматривают иллюстрации и составляют рассказ «Возможные пути заражения глистами».

Узнают что такое педикулёз. стр. 32 - 36

#### **16. Движение — это жизнь. (1 час)**

Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.

Практическое занятие в физкультурном зале.

Выполняют физические упражнения, рассказывают чем полезны занятия физкультурой и спортом. Оценивают себя при выполнении упражнений. Комплекс дыхательных упражнений.

#### **17. Закаливание (1 час)**

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

Обсуждают вместе «Что такое закаливание». Рассматривают иллюстрации с.40-41 и разделяют их по видам закаливания. Высказывают своё мнение.

Составляют программу закаливания.

Читают и анализируют материал, представленный на «Медицинской страничке» с.42 стр. 40 - 42

#### **18. Подросток и компьютер. (1 час)**

Правила безопасного пользования компьютером. Виды занятий, снимающих утомление.

Работают с рубрикой «Знаешь ли ты себя?»: делают самоанализ и самооценку поведения и организации деятельности.

Анализируют информацию, представленную в тексте учебника.

Осваивают правила работы с компьютером.

Совместная деятельность в парах: анализируют иллюстративный материал по теме урока. стр. 43- 48

#### **19. Повторение и обобщение пройденного. (1 час)**

Что такое здоровый образ жизни. Правила здорового образа жизни.

Рассматривают схемы (учебник, с. 48), подбирают примеры, иллюстрирующие её позиции.

Работают в парах: делают вывод «Что такое здоровый образ жизни», записывают его, сравнивают с результатами работы других пар. Оценивают свою работу.

#### **20. Мой безопасный дом. (1 час)**

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

диалог (работа с рубрикой «Обсудим вместе»): сравнивают высказывания, определяют ложные суждения (учебник, с. 50).

Работают в парах, составляют план уборки квартиры. стр. 50

### **21. Наводим в доме чистоту. (1 час)**

Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры и мытья посуды. Животные, распространяющие инфекцию мыши, тараканы. Обсуждают и анализируют высказывания с.50 Отвечают на вопрос «Есть ли необходимость бороться с обитающими в доме мышами и тараканами?» Читают и анализируют текст учебника. Формулируют правила мытья посуды.

Составляют памятку: «Как мыть посуду». стр. 51 - 52

### **22. Техника безопасности в доме. (1 час)**

Техника безопасности в доме. Первая помощь при ушибах, отравлении клеем, его парами, газом и при поражении током. Актуализируют знания прошлого урока .Анализируют иллюстрации (учебник, с. 53),

Читают текст и рассматривают иллюстрации (техника безопасности, учебник, с. 55-56).

Запоминают правила техники безопасности.

Читают и анализируют материал, представленный на «Медицинской страничке» с 54 стр. 53 - 54

### **23. Безопасное электричество. (1 час)**

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

Рассматривают, читают , обсуждают правила безопасности при пользовании электроприборами. Узнают о безопасном газе, его предназначении признаках отравления им.

Работают с «Медицинской страничкой» с 56 стр. 55- 56

### **24. Дорога в школу и обратно. (1 час)**

Школьная жизнь начинается с дороги. Безопасная дорога от дома до школы. Работают с рубриками «Знаешь ли ты себя» и «Вспомни»: самоанализ и самооценка поведения (на дорогах и улицах).

Выполняют практическую работу: безопасный маршрут до школы. стр. 58 - 60

### **25. Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения. (1 час)**

Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения. Правила безопасного поведения пассажира и пешехода. Оценивание дорожной ситуации с позиций безопасности, Читают и анализируют текст (учебник, с. 60).

Работают в парах: оценивают информацию, представленную в иллюстрациях (учебник, с.61).

Составляют схему «Разные способы регулирования дорожного движения». Отвечают на вопросы стр. 60 - 62

### **26. Умеешь ли ты оценивать дорожную обстановку? (1 час)**

Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения. Правила безопасного поведения пассажира и пешехода. Оценивание дорожной ситуации с позиций безопасности, Читают и анализируют текст (учебник, с. 61 - 63).

Работают в парах: оценивают информацию, представленную в иллюстрациях (учебник, с. 61).Выполняют практическую работу: анализируют и обобщают информацию, представленную в иллюстрациях; анализируют и характеризуют дорожные знаки учебник, с. (63-65), стр. 63 - 65

### **27.Безопасная дорога. (1 час)**

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

Правила поведения на дорогах и улицах. «Дорожные ловушки» — способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций.

Выполняют практическую работу: обсуждают ситуации, связанные с дорожными ловушками (учебник, с. 71-73); повторяют правила и знаки дорожного движения.

Работают с рубрикой «Для любознательных» (учебник, с. 73). стр. 65- 68

### **28 .Правила пешехода. (1 час)**

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

Правила поведения на дорогах и улицах. «Дорожные ловушки» — способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций.

Читают и анализируют текст на стр.68 – 69. Выполняют задание стр.69. Рассматривают рисунки и формулируют правила перехода по проезжей части, составляют рассказ «Как переходить дорогу» Оценивают ситуации на стр. 72 стр. 68-73

### **29.Школьник как пассажир. (1 час)**

Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира разных видов транспорта.

Работают с информацией, представленной в иллюстрациях (учебник, с. 74).

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

Работают в группах: «Зададим друг другу вопросы». Читают стр.73 стр. 74

### **30.Общие правила школьной жизни. (1 час)**

Ориентировка в школьных помещениях. Расположение помещений в школе. Функции разных школьных помещений. Общие правила безопасного поведения в школьных помещениях и во дворе школы.

Работают в группах: рисуют план школы с указанием основных помещений.

Участвуют в диалоге с учителем: «Может ли неправильное поведение в школе привести к неприятностям?». Составляют памятку «Общие правила поведения в школе». стр. 75

### **31.Правила поведения в школе. (1 час)**

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.

Читают и анализируют текст учебника «Поведение на занятиях» (с. 75). Работают с рубрикой «Проверь себя», обсуждают и оценивают результаты само тестирования. Участвуют в диалоге с учителем : «„Вредные советы" Г. Остера». Делают вывод. стр. 76 -77

### **32. Поведение, которое приводит к беде. (1 час)**

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.

Объясняют значение пословиц и поговорок Обсуждают ситуации и находят правильное решение.

Анализируют высказывания и определяют какие из них могут привести к беде.

(стр.79)

Определяют по фото чувства, которые испытывает человек.

Работают с рубрикой «Медицинская страничка»: оценивают информацию, представленную в рубрике (учебник, с. 81).стр. 78 - 81

### **33. Если в школе пожар. (1 час)**

Резерв.Как вести себя, если в школе начался пожар. Правила эвакуации при пожаре, Работают с рубрикой «Вспомни»: как мы ориентируемся в школьных помещениях.

Работают в группах: читают схемы эвакуации при пожаре в школе.

Читают и обсуждают текст: правила поведения при пожаре.

Анализируют информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка» (учебник, с. 86).

стр 82-86 Повторить весь курс

### **34. Итоговая диагностика(1 час) Резерв.**

Выполнение итогового теста.

#### **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**

### **32–34 (резерв)**

## **6 класс**

### **Программное содержание учебного предмета**

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 — значение 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 метод 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.) при небольших 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 по теме.

#### **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 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 прогулок и на экскурсии 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 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 опасностей 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 со змеёй.

#### **Структура урока, основные методы и приёмы** *Просмотр*

*и обсуждение* видеофильма «Всё 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 и гербарием.*

### **Уроки 26—30. На водоёме 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 32—34 (резерв)**

### **7 класс Уроки 1—2. Введение Программное содержание учебного предмета**

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 — значение 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* «Проверьте себя».

*Оценка* информации, представленной в рубрике «Для любознательных».

*Работат 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»

*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».

### **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 и 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—34 (резерв)**

**8 класс Уроки 1—2. Введение Программное содержание учебного предмета**

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

эмоциональноотрицательного 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: типы и 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 игр и отдыха. 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, ВМХ 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 в учебнике.

*Практические работы:* первая помощь при кровотечениях; аварийная посадка самолёта; составление памятки — правила поведения при возгорании в вагоне поезда.

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

## Уроки 30—34 (резерв)

### 9 класс Уроки 1—10. Безопасный отдых и туризм Программное содержание учебного предмета

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 бивуака», «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 дыме? 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.

*Практические 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».

*Практические 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; взятии в заложники, во время спецоперации по освобождению заложников; после взрыва в жилом доме.

### **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 32—34 (резерв)**

### **Формы, периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.**

Оценка достижения обучающимся метапредметных результатов может осуществляться по итогам выполнения проверочных работ, в рамках системы текущей, тематической и промежуточной оценки, а также промежуточной аттестации.

Вид контроля:

- Устный опрос.

- Тестирование.
- Индивидуальные карточки с одно и разнотипными задачами.
- Контрольная работа, состоящая из заданий, требующих развернутого ответа. - Практическая работа. -Защита проектов.

### **Характеристика контрольно-измерительных материалов, используемых при оценивании уровня подготовки учащихся.**

Проверка и оценка знаний проходит в ходе текущих занятий в устной или письменной форме. Письменные работы проводятся по значимым вопросам темы или раздела курса ОБЖ. Контрольные письменные работы проводятся после изучения разделов программы курса ОБЖ в конце четверти и учебного года. В курсе ОБЖ может использоваться зачетная форма проверки знаний.

Преподавание ОБЖ, как и других предметов, предусматривает индивидуально - тематический контроль знаний учащихся. Причем при проверке уровня усвоения материала по каждой достаточно большой теме обязательным является оценивание двух основных элементов: теоретических знаний и умений применять их при выборе практических.

Для контроля знаний по ОБЖ используются различные виды работ (тесты, экспресс - опросы, самостоятельные, проверочные, контрольные, практические, ситуационные задачи).

### **Критерии оценки**

#### **Оценка устных ответов учащихся.**

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

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

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

ошибки, не более двух-трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов; допустил четыре или пять недочетов.

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

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

#### **Оценка письменных контрольных работ.**

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

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

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

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

#### **Оценка практических работ.**

**Оценка «5»** ставится, если учащийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

**Оценка «4»** ставится, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два- три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

**Оценка «3»** ставится, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

**Оценка «2»** ставится, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно.

Во всех случаях оценка снижается, если ученик не соблюдал правила техники безопасности.

Контрольно-измерительные материалы составляются в соответствии с требованиями государственного стандарта по ОБЖ, уровнем обученности учащихся. Проверочные работы состоят из вопросов и заданий, соответствующих требованиям базового уровня как по \

### **Учебно-методические комплекты по основам безопасности жизнедеятельности**

*Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В., Сидоренко Л. В., Таранин А. Б.* Основы безопасности жизнедеятельности. 5—6 классы: учебник. — М.: Вентана-Граф. *Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В., Сидоренко Л. В. и др.*

Основы безопасности жизнедеятельности. 7—9 классы: учебник.— М.: Вентана-Граф.

Программы, методические и учебные пособия *Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В., Таранин А. Б.* Основы безопасности жизнедеятельности. 5—9 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.

Экранно-звуковые пособия. Видеофильмы по основным темам и разделам курса ОБЖ в основной школе. Аудиозаписи для проведения занятий.

### **Технические средства обучения:**

- телевизор с универсальной подставкой;
- видеомэгафитон с комплектом видеокассет;
- принтер лазерный;
- цифровая видеокамера;
- копировальный аппарат;
- мультимедиапроектор;
- экран на штативе или навесной;
- средства телекоммуникации (электронная почта, локальная □ школьная сеть, выход в Интернет).
- Учебно-практическое оборудование:
  - аудиторная доска с магнитной поверхностью и набором приспособлений для крепления таблиц;
  - штатив для карт и таблиц;
  - компасы;
  - визирные линейки;
  - транспортиры;
  - бинты марлевые;
  - вата гигроскопическая нестерильная;
  - вата компрессная;
  - воронки стеклянные;
  - грелки;

- жгуты кровоостанавливающие;
- индивидуальные перевязочные пакеты;
- косынки перевязочные;
- клеёнка компрессная;
- клеёнка подкладочная;
- ножницы для перевязочного материала (прямые);
- повязки малые стерильные;
- повязки большие стерильные;
- противогазы;
- респираторы;
- аптечка индивидуальная (АИ-2); □ противохимические пакеты;
- носилки санитарные.

• **Макеты и тренажёры:**

- макеты местности с потенциально опасными объектами, дорогами, водоёмами, убежищами и т. п.;
- макеты жилых и промышленных зданий с системами жизнеобеспечения и технологическим оборудованием;
- макеты фильтрующих и изолирующих противогазов, респираторов в разрезе;
- макеты убежищ, укрытий с основными и вспомогательными помещениями, системами жизнеобеспечения в разрезе;
- тренажёры для оказания первой помощи.

**Специализированная учебная мебель:**

- компьютерные столы; □ шкафы для хранения карт.

**Материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

Стенд «Действия при стихийных бедствиях».

Стенд «Средства и способы защиты в зоне поражения».

Комплект плакатов «Оказание первой медицинской помощи».

Аптечка первой медицинской помощи, шины, бинты, резиновый жгут. Список литературы (основной и **дополнительной**).

**Законодательные акты и нормативные правовые документы:**

- Конституция Российской Федерации (последняя редакция);
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (последняя редакция);
- Федеральный закон «О безопасности» (последняя редакция);
- Федеральный закон «Об обороне» (последняя редакция);
- Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (последняя редакция);
- Федеральный закон «О гражданской обороне» (последняя редакция);
- Федеральный закон «О пожарной безопасности» (последняя редакция);

- Федеральный закон «О безопасности дорожного движения» (последняя редакция);
- Федеральный закон «О противодействии терроризму» (последняя редакция);
- Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности» (последняя редакция);
- Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах» (последняя редакция); □ Федеральный закон «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателя» (последняя редакция);
- Указ Президента Российской Федерации «О мерах по противодействию терроризму» (от 15 февраля 2006 года № 116);
- Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации (утв. Президентом Российской Федерации 5 октября 2009 года);
- Положение о Национальном антитеррористическом комитете (утв. Указом Президента Российской Федерации от 15 февраля 2006 года № 116);
- ■■ Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года (утв. Указом Президента Российской Федерации от 12 мая 2009 года № 537);
- Стратегия государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 года (утв. Указом Президента Российской Федерации от 9 июня 2010 года № 690);
- Постановление Правительства Российской Федерации «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (последняя редакция);
- Постановление Правительства Российской Федерации «О классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (последняя редакция);
- Постановление Правительства Российской Федерации «О подготовке населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций» (последняя редакция);
- Правила дорожного движения Российской Федерации (последняя редакция);
- Семейный кодекс Российской Федерации (последняя редакция); □ Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция). □

### Основы безопасности жизнедеятельности: 5-9 классы: учебник для учащихся

Название сайта	Электронный адрес
Совет безопасности РФ	<a href="http://www.scrf.gov.ru">http://www.scrf.gov.ru</a>
Министерство внутренних дел РФ	<a href="http://www.mvd.ru">http://www.mvd.ru</a>
МЧС России	<a href="http://www.emercom.gov.ru">http://www.emercom.gov.ru</a>
Министерство здравоохранения и соцразвития РФ	<a href="http://www.minzdrav-rf.ru">http://www.minzdrav-rf.ru</a>
Министерство обороны РФ	<a href="http://www.mil.ru">http://www.mil.ru</a>
Министерство образования и науки РФ	<a href="http://mon.gov.ru/">http://mon.gov.ru/</a>
Министерство природных ресурсов РФ	<a href="http://www.mnr.gov.ru">http://www.mnr.gov.ru</a>
Федеральная служба железнодорожных войск РФ	<a href="http://www.fsgv.ru">http://www.fsgv.ru</a>
Федеральная служба России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды	<a href="http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm">http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm</a>
Федеральная пограничная служба	<a href="http://www.fps.gov.ru">http://www.fps.gov.ru</a>

Федеральный надзор России по ядерной и радиационной безопасности <http://www.gan.ru>  
 Русский образовательный портал <http://www.gov.ed.ru>  
 Белгородский региональный институт ПКППС <http://ipkps.bsu.edu.ru/>  
 Академия повышения квалификации работников образования <http://www.apkro.ru>  
 Федеральный российский общеобразовательный портал <http://www.school.edu.ru>  
 Федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru>  
 Портал компании «Кирилл и Мефодий» <http://www.km.ru>  
 Образовательный портал «Учеба» <http://www.uroki.ru>  
 Журнал «Курьер образования» <http://www.courier.com.ru>  
 Журнал «Вестник образования» <http://www.vestnik.edu.ru> Издательский дом «Профкнига»  
<http://www.profkniga.ru>  
 Издательский дом «1 сентября» <http://www.1september.ru>  
 Издательский дом «Армпресс» <http://www.armpress.info>  
 Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» <http://festival.1september.ru>  
 (издательский дом «1 сентября»)  
 Энциклопедия безопасности <http://www.opasno.net>  
 Личная безопасность <http://personal-safety.redut-7.ru>  
 Образовательные ресурсы Интернета-Безопасность <http://www.alleng.ru> жизнедеятельности  
 «Мой компас» (безопасность ребёнка) [http://moikompas.ru/compas/bezopasnost\\_d](http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_d)

Информационно-методическое издание для преподавателей <http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html>  
 ОБЖ-МЧС России  
 Эконавт-CATALOG (электронный каталог интернет ресурсов <http://www.econavt-catalog.ru> по  
 Охране труда, Безопасности дорожного движения,  
 Безопасности жизнедеятельности)  
 Портал Всероссийской олимпиады школьников <http://rusolymp.ru/>  
 Образовательные ресурсы Интернета – Безопасность <http://www.alleng.ru/edu/saf.htm>  
 жизнедеятельности  
 Безопасность. Образование. Человек. Информационный портал <http://www.bezopasnost.edu66.ru>  
 ОБЖ и БЖД: Всё о безопасности жизнедеятельности  
 Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях <http://www.hardtime.ru>