

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Береговская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрена	Согласовано	Утверждаю
на педагогическом совете МОУ «Береговская СОШ».	заместитель директора школы МОУ «Береговская СОШ» /В.Л. Алямовская/	директор МБОУ «Береговская СОШ» /С.В. Балащов/
Протокол № <u>14</u> от « <u>29</u> » августа 2019 г.	« <u>29</u> » августа 2019 г.	Приказ № <u>69</u> от « <u>29</u> » августа 2019 г.

Рабочая программа  
по внеурочной социальной деятельности  
(основы безопасности жизнедеятельности)  
5-7 классы

Разработчик:  
Войкин В.В. – Преподаватель-организатор  
ОБЖ МБОУ «Береговская СОШ»  
Прохоровского района,  
Белгородской области.

2019 г.

### **Пояснительная записка**

В настоящее время вопросы обеспечения безопасности стали одной из насущных потребностей каждого человека, общества и государства.

В Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г. отмечено: «В условиях глобализации процессов мирового развития, международных политических и экономических отношений, формирующих новые угрозы и риски для развития личности, общества и государства, Россия в качестве гаранта благополучного национального развития переходит к новой государственной политике в области национальной безопасности».

Подготовка подрастающего поколения россиян в области безопасности жизнедеятельности должна основываться на комплексном подходе к формированию у подростков современного уровня культуры безопасности, индивидуальной системы здорового образа жизни, анти экстремистского мышления и антитеррористического поведения.

Изучение всех школьных предметов вносит свой вклад в формирование у учащихся основной школы современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, индивидуальной системы здорового образа жизни, анти-экстремистского мышления и антитеррористического поведения, но при этом ключевая роль принадлежит курсу «Основы безопасности жизнедеятельности».

Рабочая программа внеурочной деятельности социального направления «Основы безопасности жизнедеятельности» (далее - ОБЖ) для 5-7 классов МБОУ «Береговская СОШ» составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта 2010 года, примерной программы по ОБЖ, авторской образовательной программы под общей редакцией В.Н. Латчук (Основы безопасности жизнедеятельности. Программы для общеобразовательных учреждений. 5-9 кл. /В.П. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский. - М.: Дрофа, 2013.)

Внеурочная деятельность по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) реализует основные положения Конституции Российской Федерации, федеральных законов «Об образовании», «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «Об экологической безопасности», «О борьбе с терроризмом», «О радиационной безопасности населения», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», «О гражданской обороне», «О воинской обязанности и военной службе» и других нормативно правовых актов в области безопасности.

Рабочая программа построена с учётом уровня подготовки и общего развития учащихся в каждом классе, и предназначена для формирования у учащихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих, знаний и умений распознавать и оценивать опасные ситуации, определять способы защиты от них, оказывать само- и взаимопомощь.

Программой предусмотрено воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде; развитие у учащихся чувства ответственности за своё поведение, бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих; формирование личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных чрезвычайных ситуациях.

Содержание программы направлено на освоение учащимися знаний, умений и навыков на базовом уровне, что соответствует Образовательной программе школы. Она включает все темы, предусмотренные государственными образовательными стандартами основного общего образования по ОБЖ и программой учебного курса.

Программа предназначена:

- обеспечить непрерывность обучения населения правильным действиям в опасных для жизни и здоровья ситуациях;
- развить необходимые навыки и умения по сохранению и укреплению своего здоровья;
- воспитать чувство гражданственности и патриотизма.

Учебный курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной школе строится так, чтобы были достигнуты следующие цели:

- безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

- понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- принятие учащимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи;
- антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;

- профилактика асоциального поведения учащихся;
- отрицательное отношение учащихся к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких учебных задач, как:

- формирование у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование потребности в соблюдении требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся анти экстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

#### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА

Общая характеристика учебного предмета.

Согласно Закону Белгородской области от 03 июля 2006 г. №57 «Об утверждении регионального компонента государственных образовательных стандартов общего образования в Белгородской области» (с внесенными в него изменениями от 03.05.2011 г. №34, принятыми Белгородской областной Думой 28.04.2011 г.), Закону Белгородской области от 04 июня 2009 года № 282 «О внесении изменений в Закон Белгородской области «Об установлении регионального компонента государственных образовательных стандартов общего образования в Белгородской области» и приказу Департамента образования, культуры и молодежной политики Белгородской области от 23 апреля 2012 года № 1380 «Об утверждении базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Белгородской области, реализующих программы общего образования» преподавание предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5-7 классах осуществляется за счет внеурочной деятельности в объеме 1 час в неделю, так-как в федеральном компоненте ОБУП по ФГОС в 5-7 классах преподавание данного предмета отсутствует.

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций.

Цели и задачи программы в области формирования системы знаний, умений:

- изучение и освоение здорового образа жизни, обеспечивающего полноценное безопасное существование;
- ознакомление с опасностями, угрожающими человеку в современной повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях, изучение методов и приёмов защиты;
- изучение и освоение основ медицинских знаний;
- формирование личности «безопасного типа», знающей основы защиты человека, общества от современного комплекса опасных факторов и умеющей применять эти знания на практике.

Курс предназначен для:

- формирования у учащихся основных понятий об опасных и чрезвычайных ситуациях в повседневной жизни, об их последствиях для здоровья и жизни человека;
- выработки у них сознательного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности окружающих;
- приобретения учащимися способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных и угрожающих жизни условиях и умения адекватно реагировать на различные опасные ситуации с учётом своих возможностей;
- формирования у учащихся представлений безопасного поведения не только в урочной, но и во внеурочной деятельности;
- формирования у учащихся анти экстремистского и антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков.

В программе представлены три раздела, в каждом из которых выделены образовательные линии.

Раздел I «Безопасность и защита человека в среде обитания» включает темы: «Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде», «Правила безопасного поведения в природной среде», «Правила безопасного поведения в социальной среде», «Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях», «Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения».

Раздел II «Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи» предусматривает изучение тем о правилах и средствах оказания первой медицинской помощи.

Раздел III «Основы здорового образа жизни» знакомит с основными понятиями о здоровье и здоровом образе жизни, правилами профилактики травматизма.

Предлагаемый в программе объем материала является достаточным для формирования у учащихся 5-7 классов основных понятий в области безопасности жизнедеятельности.

В основу содержания программы положена идея полицентризма опасных и вредных факторов, а также идея предметной интеграции. Элементы содержания других общеобразовательных областей, одновременно являющиеся фрагментами образовательной области ОБЖ и подлежащие чёткой взаимосвязи с интегрирующим курсом, рассматриваются: в естествознании, обществознании, технологии, физической культуре, математике и информатике и др. предметная интеграция в программе способствует формированию целостного представления об изучаемом объекте и предмете, усилению развивающей и культурной составляющей курса, а также рациональному использованию учебного времени.

Программа курса рассчитана на 102 учебных часа, с 5 по 7 класс из расчета 1 ч в неделю (34 часа в каждом классе, по 4 занятия практической направленности).

Для реализации Рабочей программы используется учебно-методический комплект предметной линии Латчука В.Н. для 5-9 классов, включённый в федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях, на 2019-2020 учебный год (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 апреля 2014 года № 08-548) и методические пособия для учителя.

Класс	Программа	Учебник	Примечание
5 класс	Программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 5-9 классов /. В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, - М.: Дрофа	«Основы безопасности жизнедеятельности». 5 кл. /Поляков В.В., Кузнецов М.И., Марков В.В. и др. - М.: Дрофа	Учебник входит в УМК предметной линии Латчука В.Н.
6 класс	Программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 5-9 классов /. В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, - М.: Дрофа	«Основы безопасности жизнедеятельности». 6 кл. / Маслов А.ГОДА, Марков В.В., Латчук В.Н. и др. - М.: Дрофа	Учебник входит в УМК предметной линии Латчука В.Н.
7 класс	Программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 5-9 классов /. В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, - М.: Дрофа	«Основы безопасности жизнедеятельности». 7 кл. / Маслов А.ГОДА, Марков В.В., Латчук В.Н. и др. - М.: Дрофа	Учебник входит в УМК предметной линии Латчука В.Н.

Преобладающими формами контроля являются: письменный (тестовые задания и вопросы), устный опрос (собеседование), практические занятия (на основе полученных базовых знаний).

Формы занятий, используемые при обучении ОБЖ следующие:

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

Авторская программа «Основы безопасности жизнедеятельности» под общей редакцией В.Н. Латчука рассчитана на 35 часов в каждом классе, где предусмотрен резерв свободного учебного времени в объеме одного урока на проведение занятий по сложным темам или контрольно-обобщающие занятия. Из-за снижения общего количества учебных недель в рабочей программе имеется уменьшение общего количества часов до 34 за счет резервного времени.

Описание места учебного предмета, курса в учебном плане:

Рабочая программа внеурочной деятельности социального направления «Основы безопасности жизнедеятельности» (далее - ОБЖ) для 5-6 классов МБОУ «Береговская СОШ» составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта 2010 года, примерной программы по ОБЖ. авторской образовательной программы под общей редакцией В.Н. Латчук (Основы безопасности жизнедеятельности. Программы для общеобразовательных учреждений. 5-9 кл. /В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский. - М.: Дрофа, 2013.)

Авторская программа «Основы безопасности жизнедеятельности» под общей редакцией В.Н. Латчука рассчитана на 35 часов в каждом классе, где предусмотрен резерв свободного учебного времени в объеме одного урока на проведение занятий по сложным темам или контрольно-обобщающие

занятия. Из-за снижения общего количества учебных недель в рабочей программе имеется уменьшение общего количества часов до 34 за счет резервного времени.

Программа рассчитана на 34 часов в каждом классе, 102 часов за курс с 5-7 классов.

Преподавание предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5-7 классах осуществляется за счет внеурочной деятельности в объеме 1 час в неделю, так-как в федеральном компоненте ОБУП по ФГОС в 5-7 классах преподавание данного предмета отсутствует.

### **Требования к результатам освоения содержания:**

#### **Личностные результаты**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в многообразном мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельное! и.

#### **Метапредметные результаты**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

### **Предметные результаты**

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курения и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование анти-экстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;

- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

### **Планируемые результаты изучения основ безопасности жизнедеятельности в 5-7 классах**

#### **Ученик научится:**

##### **5 класс:**

1. Сравнивать особенности жизнеобеспечения.
2. Различать предметы бытовой химии.
3. Характеризовать причины дорожно-транспортных ситуаций.
4. Запоминать правила безопасного поведения на дорогах.
5. Анализировать причины возникновения пожаров.
6. Характеризовать основные опасные погодные условия.
7. Объяснять правила поведения в различное время года.
8. Распознавать признаки возникновения опасной ситуации.
9. Составлять правила собственного безопасного поведения.
10. Вырабатывать практические навыки по оказанию первой медицинской помощи.

##### **6 класс:**

1. Определять и объяснять основные особенности для безопасного пребывания человека в природной среде.
2. Характеризовать общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.
3. Вырабатывать навыки работы с картой.
4. Объяснять особенности подготовки к туризму.
5. Отвечать на вопросы и выполнять задания.
6. Анализировать основные факты, оказывающие влияние на безопасность человека.
7. Запоминать и сравнивать меры профилактики с дикими животными.
8. Вырабатывать практические навыки по оказанию первой медицинской помощи.
9. Работать в сети Интернет, средствах массовой информации, книгах из библиотеки.

##### **7 класс:**

1. Определять и объяснять основные особенности безопасного поведения при ЧС природного характера.
2. Характеризовать общие правила безопасности во время ЧС природного характера.
3. Вырабатывать навыки практических действий по защите.
4. Объяснять особенности и уметь применять знания и навыки психологической подготовки в условиях ЧС природного характера.
5. Отвечать на вопросы и выполнять задания.
6. Анализировать основные факты, оказывающие влияние на безопасность человека.
7. Уметь анализировать ЧС и выбирать меры по защите от них.

8. Знать меры по профилактике травматизма
9. Выбатывать практические навыки по оказанию первой медицинской помощи.
10. Работать в сети Интернет, средствах массовой информации, книгах из библиотеки.

### **Содержание программы (5 класс)**

#### **Безопасность и защита человека в среде обитания (25 ч)**

##### ***Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде (19 ч)***

###### *Правила безопасного поведения в населенном пункте (городе, поселке) (4 ч)*

Особенности города как среды обитания человека. Источники и зоны повышенной опасности в современном городе: городской и общественный транспорт, улицы и дороги, здания и сооружения, подземные коммуникации, строительные площадки, уличное электричество, промышленные предприятия. Правила безопасного поведения в зонах повышенной опасности.

Системы обеспечения безопасности города (милиция, пожарная охрана, «скорая помощь», служба спасения, коммунальные и другие службы). Правила вызова служб безопасности. Государственные, муниципальные (городские) и районные службы обеспечения безопасности.

###### *Правила безопасного поведения в быту (9 ч)*

Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения (водоснабжение, отопление, электроснабжение, канализация). Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные аварийные и опасные ситуации в жилище.

Причины возникновения пожаров в жилых помещениях и их последствия. Меры пожарной безопасности в быту. Правила безопасного поведения при пожаре в доме (квартире, в подъезде, на балконе, в подвале). Что делать, если на человеке загорелась одежда; если в комнате загорелся электроприбор (телевизор, приемник, магнитофон, компьютер), новогодняя елка. Способы эвакуации из горящего здания. Чего не следует делать при пожаре в квартире. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.

Затопление жилища. Причины затопления и возможные последствия. Правила поведения при затоплении жилища и меры по его предотвращению. Правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами. Опасности, возникающие при нарушении правил обращения с электрическими и электронными приборами. Основные виды электрических и электронных приборов, используемых в быту; правила их безопасного использования.

Правила безопасности при пользовании бытовым газом. Отравление бытовым газом, причины и последствия. Меры профилактики. Правила пользования газовыми приборами. Правила безопасного поведения; при обнаружении запаха газа в квартире; при обнаружении запаха газа в подвале, подъезде, во дворе, на улице.

Правила безопасности при пользовании опасными веществами и средствами бытовой химии. Опасные вещества и средства бытовой химии. Опасности, возникающие при нарушении правил пользования ими. Действие опасных веществ и препаратов бытовой химии на организм человека. Правила хранения опасных веществ и средств бытовой химии.

Взрыв и обрушение дома. Что делать, если в квартире произошел взрыв.

Что делать, если в квартире захлопнулась дверь, сломался замок. Чего нельзя делать, если потеряны ключи от квартиры.

###### *Правила безопасного поведения на улицах (2 ч)*

Опасные природные явления. Чем опасен гололед. Как смягчить падение на льду.

Чем опасны толпа и паника. Как уцелеть в толпе.

Правила безопасного обращения с животными. Жизнедеятельность животных в городских условиях. Домашние животные и связанные с ними проблемы. Основные правила приобретения домашних животных. Правила обращения с домашними животными. Что делать, если укусила собака. Одиравшие собаки и кошки как переносчики инфекционных заболеваний.

#### *Правила безопасного поведения на транспорте (4 ч)*

Современные улицы и дороги - зоны повышенной опасности. Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и ее составные части. Средства безопасности на дороге. Движение пешеходов по улицам и дорогам. Правила безопасного поведения пешеходов на дороге. Правила перехода проезжей части. Правила движения колонны и групп людей (детей). Правила безопасного поведения велосипедистов на улицах и дорогах.

Правила безопасного поведения на городском и общественном транспорте. Причины возникновения дорожно-транспортных происшествий. Краткая характеристика современных видов транспорта.

Основные правила безопасности на городском и общественном транспорте. Правила безопасного поведения при аварийных ситуациях (пожаре, столкновении, перевороте, опрокидывании) на городском и общественном транспорте. Правила безопасного поведения пассажира автомобиля: при неизбежном столкновении; при падении автомобиля в воду. Предотвращение дорожно-транспортных происшествий.

Правила безопасного поведения в метрополитене. Причины опасных и аварийных ситуаций в метрополитене. Зоны опасности в метро и их характеристика. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных ситуациях (пожаре, остановке в туннеле и вынужденной эвакуации, падении на пути и т. п.).

Транспортные аварии. Правила поведения на железнодорожном транспорте. Наиболее безопасные места в вагоне поезда. Правила безопасного поведения пассажиров при крушении поезда; при авариях, связанных со столкновениями и экстренными торможениями; при пожаре в поезде; при сильном задымлении.

Правила безопасного поведения на авиационном транспорте. Характеристика авиационного транспорта. Правила безопасного поведения авиапассажиров при вынужденной посадке, при декомпрессии (разгерметизации салона), при пожаре в самолете, при вынужденной (аварийной) посадке на воду.

Правила безопасного поведения на водном транспорте. Характеристика водного транспорта. Индивидуальные и групповые средства спасения на водном транспорте. Действия пассажиров при объявлении шлюпочной тревоги. Способы эвакуации с судна. Что делать, если человек упал за борт.

#### **Правила безопасного поведения в социальной среде (5 ч)**

##### *Правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях (3 ч)*

Понятие личной безопасности. Опасное время. Опасные и безопасные места в населенном пункте. Общие сведения о зонах криминальной опасности: безлюдные окраины города (населенного пункта): глухие зоны парков и скверов; места массового скопления людей и т. д. Незнакомые взрослые и подростки.

Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций: перед подъездом, в подъезде, в лифте, на лестничной площадке.

Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций в доме (квартире): звонок в дверь; дверь вашей квартиры пытаются открыть (взломать); вы вернулись из школы, а дверь квартиры открыта.

Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций на улице. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни во время прогулок. Как избежать опасных домогательств и насилия. Что делать, если вы оказались заложником.

#### *Изменение среды обитания человека в городе (2 ч)*

Причины и последствия загрязнения воды, воздуха и почв города. Способы очистки воды. Понятие о кислотных дождях. Как бороться с загрязнением воздуха. Что нужно делать, чтобы дышать чистым воздухом. Последствия опустынивания земель.

Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения (1 ч)

Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени (1 ч)

Средства индивидуальной защиты органов дыхания. Назначение фильтрующих гражданских противогазов. Правила пользования противогазом. Положения противогаза: «походное», «наготове», «боевое». Как правильно определить размер (рост) противогаза.

#### **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (9 ч)**

##### ***Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи (5 ч)***

##### *Средства оказания первой медицинской помощи (1 ч)*

Домашняя медицинская аптечка. Правила хранения и проверка лекарственных средств. Перевязочные материалы и лекарственные средства. Правила приема лекарственных средств.

##### *Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях (1ч)*

Общие сведения о травмах и повреждениях организма человека. Понятие о травме (повреждении) и ране. Открытые и закрытые травмы. Общие признаки травм и ранений. Правила оказания первой медицинской помощи при незначительных открытых ранах.

##### *Первая медицинская помощь при острых состояниях (3 ч)*

Общая характеристика кровотечений. Наружное и внутреннее кровотечение. Артериальное, венозное, капиллярное и смешанное кровотечения.

Первая медицинская помощь при кровотечении. Основные способы временной остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки. Правила применения индивидуального перевязочного пакета. Первая медицинская помощь при кровотечении из носа.

##### ***Основы здорового образа жизни (4 ч)***

##### *Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни (2 ч)*

Здоровье человека его составляющие. Основные критерии здоровья человека. Здоровый образ жизни как индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Составляющие здорового образа жизни.

Развитие и изменение организма подростков. Характеристика некоторых факторов, которые влияют на рост и вес подростков. Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика этих нарушений осанки. Изменения в характере подростков, которые связаны с их физиологическим созреванием.

*Факторы, укрепляющие здоровье человека (1 ч)*

Личная гигиена и здоровье. Основные понятия личной гигиены. Гигиенические рекомендации по уходу за кожей, зубами, волосами, глазами, ушами. Гигиена одежды: гигиенические требования к одежде, головным уборам, обуви.

*Профилактика травм в школьном возрасте (1 ч)*

Влияние компьютера и телевизора на здоровье детей. Безопасность при работе на персональном компьютере. Правила безопасности при просмотре телевизионных передач.

**Содержание программы (6 класс)**

**Безопасность и защита человека в среде обитания (20 ч)**

***Правила безопасного поведения в природной среде (15 ч)***

*Правила безопасного поведения в условиях природной среды (4 ч)*

Опасные и экстремальные ситуации в природе и их причины. Понятие опасной и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе и их причины. Понятие о вынужденном автономном существовании. Возможные причины попадания человека в условия вынужденного автономного существования в природных условиях (авария транспортного средства в малонаселенной местности; заблудились в лесу (горах, степи); отстали от группы в турпоходе и др.).

Первоочередные действия потерпевших бедствие при аварии транспортного средства в безлюдной местности. Варианты принятия решений: уход с места происшествия; ожидание помощи на месте происшествия.

Правила предотвращения экстремальных ситуаций в природных условиях. Подготовка к путешествию (походу) - важный этап обеспечения безопасности. Сбор сведений и изучение местности. Подбор личного и группового снаряжения, общие требования к нему. Организация выполнения правил безопасного поведения на природе.

Выбор и подготовка одежды и обуви. Требования к одежде и обуви. Правила ухода за одеждой и обувью в условиях природной среды. Способы проветривания и просушивания одежды и обуви. Особенности пользования одеждой и обувью в зимнее время.

*Психологические аспекты выживания в опасных и чрезвычайных ситуациях в природной среде (2 ч)*

Психологические основы выживания в природных условиях. Психологическое состояние человека при автономном выживании в природных условиях. Понятие о факторах и стрессорах выживания в природных условиях; их влияние на организм человека. Способы преодоления стрессоров выживания. Преодоление страха и стрессового состояния.

*Правила безопасного поведения при вынужденном автономном существовании в природных условиях (7 ч)*

Правила определения направления выхода. Потеря ориентировки как наиболее частая экстремальная ситуация в природе. Определение направления выхода в ситуации, когда человек заблудился. Определение направления выхода в случае отставания от группы. Сохранение направления движения. Способы переправы через реку и преодоления болот. Особенности определения направления выхода в зимнее время.

Понятие об ориентировании. Способы ориентирования на местности. Ориентирование по компасу, по собственной тени, по звездам, по часам, по местным предметам и приметам.

Правила оборудования временного жилища. Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища. Виды и способы сооружения временного жилища в летнее и зимнее время. Особенности укрытий в горах.

Правила и способы добывания огня. Выбор места и правила разведения костра. Особенности разведения костра в ненастную погоду и в зимнее время. Соблюдение мер пожарной безопасности. Виды костров и их назначение.

Обеспечение водой и питанием. Обеспечение питанием из резервов природы. Съедобные растения, насекомые, животные. Правила поиска и сбора растительной пищи. Меры безопасности при употреблении животной и растительной пищи. Обеспечение водой из водоемов, снега, льда. Способы добывания воды, ее очистка и обеззараживание в условиях вынужденного автономного существования. Кипячение воды и приготовление растительной пищи при отсутствии посуды. Способы приготовления на костре рыбы и мелких животных.

Сигналы бедствия в условиях вынужденного автономного существования. Способы подачи сигналов бедствия. Специальные знаки международной кодовой таблицы сигналов. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств.

#### *Смена климатогеографических условий (2 ч)*

Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Акклиматизация, общие понятия и определения. Смена часовых поясов. Смена климата. Акклиматизация в условиях жаркого климата, горной местности, севера. Требования к здоровью человека, которые необходимо учитывать при планировании смены климатогеографических условий.

#### **Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения (5 ч)**

##### *Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени (5 ч)*

Коллективные и индивидуальные средства защиты. Виды убежищ. Устройство убежища. Порядок заполнения убежища. Правила поведения в убежище. Чего нельзя делать при нахождении в убежище. Как пользоваться поврежденным противогазом. Замена поврежденного противогаза в условиях зараженного воздуха.

#### **Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (8 ч)**

##### *Средства оказания первой медицинской помощи (1 ч)*

Аптечка первой медицинской помощи (походная). Комплектование походной аптечки лекарственными средствами и средствами оказания медицинской помощи. Использование лекарственных растений для оказания первой медицинской помощи.

##### *Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях (2 ч)*

Понятие о закрытых повреждениях. Признаки закрытых повреждений. Первая медицинская помощь при закрытых повреждениях: ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах. Профилактика закрытых повреждений.

### *Первая медицинская помощь при острых состояниях (5 ч)*

Первая медицинская помощь при укусах змей и насекомых. Признаки укуса змеи. Оказание первой медицинской помощи пострадавшему, укушенному змеей. Признаки укуса насекомых. Оказание первой медицинской помощи при укусах насекомых. Признаки укуса клеща. Оказание первой медицинской помощи при укусе клеща. Клещевой энцефалит. Как уберечься от энцефалита.

Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударах, солнечном ожоге. Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударе. Признаки солнечного ожога. Первой медицинской помощи при солнечном ожоге.

Понятие об обморожении. Степени обморожения и их признаки. Оказание первой медицинской помощи при обморожениях

Переохлаждение организма. Оказание первой медицинской помощи при переохлаждении.

Причины бедствий на воде. Признаки утопления. Оказание первой медицинской помощи при утоплении.

### **Основы здорового образа жизни (6 ч)**

#### *Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни (3 ч)*

Развитие и изменение организма подростков. Изменение поведения. Как отстаивать свою точку зрения. Взаимоотношения с родителями.

#### *Факторы, укрепляющие здоровье человека (3 ч)*

Рациональное питание в жизнедеятельности человека. Понятие о рациональном питании. Обмен веществ и энергия как основная функция организма человека. Значение органических (белков, жиров и углеводов) и неорганических (витаминов, минеральных веществ и воды) веществ в питании человека. Рациональное, сбалансированное и калорийное питание. Режим питания. Гигиена и культура питания. Основные гигиенические требования к питанию.

### **Содержание программы (7 класс)**

#### **Безопасность и защита человека в среде обитания (22 ч)**

#### **Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях (22 ч)**

##### *Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера (19 ч)*

Понятие об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.

Понятие о землетрясении, характеристика и происхождение землетрясений, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от землетрясений. Правила безопасного поведения во время и после землетрясения.

Понятие об извержении вулкана, характеристика извержений. Причины извержения вулканов и их последствия. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана, во время и после извержения.

Понятие об оползнях, селях, обвалах, лавинах, их характеристика. Происхождение оползней, селей, обвалов, лавин, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от оползней, селей, обвалов и лавин. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об

угрозе схода селя, оползня, обвала, лавины. Правила безопасного поведения во время и после схода селя, оползня, обвала, лавины, а также безопасного выхода из зоны стихийного бедствия.

Понятие об урагане, буре, смерче и их характеристика. Происхождение ураганов, бурь, смерчей, причины их возникновения. Меры по снижению потерь от ураганов, бурь, смерчей. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча. Правила безопасного поведения во время урагана, бури, смерча.

Понятие о наводнении, характеристика наводнений. Происхождение наводнений, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от наводнений. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнении, во время и после наводнения. Изготовление и использование самодельных подручных плавательных средств для эвакуации во время наводнения.

Понятие о цунами, характеристика цунами. Происхождение цунами, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от цунами. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами, во время прихода и после цунами.

Природные пожары (лесные, торфяные, степные) и их характеристика. Происхождение природных пожаров, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от природных пожаров. Предупреждение природных пожаров. Правила безопасного поведения при возникновении природных пожаров. Правила безопасного поведения в зоне лесных пожаров и тушение пожара в лесу.

#### *Психологические аспекты выживания в опасных и чрезвычайных ситуациях (3 ч)*

Особенности психологических процессов до, во время и после стихийных бедствий. Рекомендации по психологической подготовке к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природного характера.

### **Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (8 ч)**

#### *Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях (8 ч)*

Разновидности повязок и их характеристика. Приемы наложения повязок на нижние и верхние конечности, на голову, грудь, область живота.

Правила оказания первой медицинской помощи при переломах. Понятие о переломе. Виды и характеристика переломов. Способы наложения шин. Порядок применения способов транспортировки пострадавших в зависимости от места перелома.

#### **Основы здорового образа жизни (4 ч)**

##### *Факторы, укрепляющие здоровье человека (4 ч)*

Режим труда и отдыха – необходимое условие здорового образа жизни, обеспечивающее сохранение и укрепление здоровья.

Умственная и физическая работоспособность. Утомление и переутомление, их причины, признаки и последствия для здоровья человека. Профилактика утомления и переутомления.

Составляющие режима дня и их характеристика. Влияние труда и отдыха на здоровье человека. Элементы режима труда и отдыха. Трудовая деятельность школьников. Активный отдых. Сон и рациональное питание. Основные принципы и содержание режима дня подростков. Как повысить эффективность самоподготовки.

### Календарно-тематическое планирование по ОБЖ (5 класс)

№ раздела, темы урока	Наименование раздела, темы и урока	Количество часов	Количество часов	Сроки прохождения		Характеристика видов деятельности учащихся
				План	Факт	
	<b>Безопасность и защита человека в среде обитания</b>	<b>25</b>				Сравнивают особенности жизнеобеспечения городского и сельского жилища, возможные опасные и аварийные ситуации. Анализируют инструкции пользователя электрических и электронных приборов. Различают предметы бытовой химии.
	<i>Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде</i>	<i>19</i>				
	<i>Правила безопасного поведения в населенном пункте (городе, поселке)</i>	<i>4</i>				
1	Особенности города как среды обитания человека.		1			
2	Источники и зоны повышенной опасности в современном городе.		1			
3	Вводное тестирование. Правила безопасного поведения в зонах повышенной опасности.		1			
4	Системы обеспечения безопасности города. Информационная безопасность.		1			Характеризуют наиболее эффективный способ предотвращения опасной ситуации в быту. Отвечают на вопросы и выполняют задания, приведённые после каждого параграфа. Анализируют причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Характеризуют права и обязанности граждан в области пожарной
	<i>Правила безопасного поведения в быту</i>	<i>9</i>				
5	Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения.		1			
6	Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные аварийные и опасные ситуации в жилище.		1			
7	Причины возникновения пожаров в жилых помещениях и их последствия.		1			
8	Правила безопасного поведения при пожаре, способы эвакуации из горящего здания.		1			
9	Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.		1			
10	Затопление жилища.		1			
11	Правила безопасности при обращении с электрическими и		1			

	электронными приборами.					безопасности в быту.
12	Опасные вещества и средства бытовой химии.		1			Запоминают правила безопасного поведения при пожаре.
13	Правила безопасности при использовании бытовым газом.		1			
<i>Правила безопасного поведения на улицах</i>		2				Характеризуют основные опасные погодные условия в местах вашего проживания и их последствия.
14	Опасные природные явления.		1			Различают меры безопасного поведения в условиях опасных погодных явлений (ветер, дождь, гололёд).
15	Чем опасны толпа и паника. Правила безопасного обращения с животными.		1			Различают состояние водоёмов в разное время года.
						Объясняют правила поведения на водоёмах.
						Применяют правила само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.
<i>Правила безопасного поведения на транспорте</i>		4				Характеризуют причины дорожно-транспортных происшествий,
16	Современные улицы и дороги - зоны повышенной опасности.		1			организацию дорожного движения и правила безопасного поведения
17	Правила безопасного поведения на городском и общественном транспорте.		1			участников дорожного движения.
18	Правила безопасного поведения на железнодорожном транспорте.		1			Запоминают правила безопасного поведения на дорогах.
19	Правила безопасного поведения на авиационном и водном транспорте.		1			
<b>Правила безопасного поведения в социальной среде</b>		<b>5</b>				
<i>Правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях</i>		3				Характеризуют основные виды антиобщественного поведения и их последствия.
20	Понятие личной безопасности.		1			Вырабатывают отрицательное отношение к любым видам антиобщественного поведения.
21	Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций в доме (квартире), перед подъездом, в подъезде, в лифте, на лестничной площадке.		1			Распознают признаки возникновения опасной ситуации дома и на улице.
21	Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций на улице.		1			Составляют правила собственного безопасного поведения дома и на улице в различных опасных ситуациях.

						Объясняют общие понятия экстремизма и терроризма и причины их возникновения. Характеризуют основные виды террористической деятельности. Формулируют свои правила поведения в повседневной жизни, чтобы не стать правонарушителями, и записывают их в дневник безопасности. Составляют план своих действий при угрозе возникновения теракта и при теракте. Анализируют виды террористических актов и их характерные особенности. Характеризуют ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение. Отвечают на вопросы и выполняют задания, приведённые после каждого параграфа.
22	Изменение среды обитания человека в городе	2				Характеризуют причины загрязнения
23	Причины и последствия загрязнения воды, воздуха и почв города.		1			воды, воздуха, почв.
24	Способы очистки воды, воздуха, почв.		1			Определяют и вырабатывают практические навыки по снижению опасностей загрязнения воды, воздуха, почв.
<b>Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения</b>		<b>1</b>				
<b>Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени</b>		<b>1</b>				Характеризуют основные СИЗ. Изучают правила одевания СИЗ.
25	Средства индивидуальной защиты органов дыхания.		1			Вырабатывают практические навыки по одеванию СИЗ Отвечают на вопросы и выполняют задания, приведённые после каждого параграфа.
<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>		<b>9</b>				Характеризуют предназначение и общие правила оказания первой помощи.
<b>Основы медицинских знаний</b>		<b>5</b>				

<i>Средства оказания первой медицинской помощи</i>		<i>1</i>				Вырабатывают практические навыки по оказанию первой помощи при ушибах и ссадинах.
26	Домашняя медицинская аптечка.		1			
<i>Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях</i>		<i>1</i>				
27	Общие сведения о травмах и повреждениях организма человека.		1			Вырабатывают практические навыки по оказанию первой помощи при отравлениях.
<i>Первая медицинская помощь при острых состояниях</i>		<i>3</i>				
28	Общая характеристика кровотечений.		1			
29	Первая медицинская помощь при кровотечении.		1			Отвечают на вопросы и выполняют задания, приведённые после каждого параграфа
30	Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки.		1			
<b>Основы здорового образа жизни</b>		<b>4</b>				
<i>Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни</i>		<i>2</i>				Объясняют основные положения о здоровом образе жизни.
31	Здоровье человека его составляющие.		1			
32	Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения.		1			
<i>Факторы, укрепляющие здоровье человека</i>		<i>1</i>				Распознают виды двигательной активности и закаливания.
33	Личная гигиена и здоровье.		1			
<i>Профилактика травм в школьном возрасте</i>		<i>1</i>				
34	Влияние компьютера и телевизора на здоровье.		1			Отвечают на вопросы и выполняют задания, приведённые после каждого параграфа

### Календарно-тематическое планирование по ОБЖ (6 класс)

№ раздела, темы урока	Наименование раздела, темы и урока	Количество часов	Количество часов	Сроки прохождения		Характеристика видов деятельности учащихся
				План	Факт	
	Правила безопасного поведения в природной среде.	15				
	Правила безопасного поведения в условиях природной среды.	4				Различают чрезвычайные ситуации по причинам их возникновения. Анализируют правила своего возможного поведения в случае. Анализируют
1	Опасные и экстремальные ситуации в природе и их причины.		1			
2	Основные правила поведения в экстремальной ситуации природного характера.		1			

3	Как избежать попадания в экстремальную ситуацию. Вводное тестирование.		1			правила своего возможного поведения в случае возникновения той или иной чрезвычайной ситуации.
4	Надёжная одежда и обувь необходимы для безопасности		1			
<i>Психологические аспекты выживания в опасных и чрезвычайных ситуациях в природной среде</i>		2 ч				Объясняют необходимость сохранения окружающей природной среды.
5	Психологическое состояние человека при выживании в природных условиях.		1			Определяют основные особенности для безопасного пребывания человека в природной среде.
6	Факторы выживания в природных условиях.		1			Характеризуют основные способы ориентирования на местности.
<i>Правила безопасного поведения при вынужденном автономном существовании в природных условиях</i>		7 ч				Вырабатывают навыки работы с картой.
7	Определение направления выхода. Выход к населённому пункту.		1			Характеризуют порядок подготовки к выходу на природу.
8	Ориентирование. Способы ориентирования на местности.		1			Характеризуют основные правила личной гигиены, которые необходимо соблюдать в походной жизни.
9	Сооружение временного укрытия. Правила оборудования временного жилища.		1			Начинают вести дневник безопасности, где в течение года описывают различные ситуации, которые случаются с человеком в природных условиях.
10	Способы добычи огня. Правила и способы добывания огня.		1			Отвечают на вопросы и выполняют задания, приведённые после каждого параграфа
11	Обеспечение питанием и водой.		1			Характеризуют опасные погодные явления, случающиеся в вашем регионе, и их последствия.
12	Поиск и приготовление пищи.		1			
13	Сигналы бедствия. Способы подачи сигналов бедствия.		1			Различают меры безопасного поведения в условиях опасных погодных явлений (ветер, дождь, гололёд).
<i>Смена климатогеографических условий</i>		2 ч				
14	Смена климатогеографических условий.		1			
15	Акклиматизация при смене климатогеографических условий.		1			
<b>Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения»</b>		5 ч				
16	Коллективные и индивидуальные средства защиты.		1			Характеризуют основные коллективные средства защиты. Изучают правила заполнения и поведения в средствах коллективной защиты.
17	Виды убежищ. Устройство убежища.		1			
18	Порядок заполнения убежища. Правила поведения в убежище.		1			
19	Чего нельзя делать при нахождении в убежище.		1			

20	Как пользоваться поврежденным противогазом.		1			Вырабатывают практические навыки. Отвечают на вопросы и выполняют задания, приведённые после каждого параграфа.
<b>Основы медицинских питий и правила оказания первой медицинской помощи</b>		<b>8 ч</b>				
<i>Средства оказания первой медицинской помощи.</i>		<i>1 ч</i>				Вырабатывают навыки оказания первой помощи в походе: при травмах, при тепловом и солнечном ударах, при отморожении и ожоге. Запоминают диких животных и насекомых, обитающих в регионе проживания учащихся. Объясняют, какую опасность эти животные и насекомые представляют при встрече. Сравнивают порядок оказания первой помощи при укусах змей и насекомых. Сравнивают меры профилактики, которые могут понадобиться при встрече с опасными дикими животными и насекомыми. Различают состояние водоёмов в различное время года. Объясняют правила поведения на водоёмах. Применяют правила само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.
21	Аптечка первой медицинской помощи.		1			
	<i>Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях.</i>	<i>2 ч</i>				
22	Понятие о закрытых повреждениях. Признаки закрытых повреждений.		1			
23	Первая медицинская помощь при закрытых повреждениях.		1			
<i>Первая медицинская помощь при острых состояниях.</i>		<i>5 ч</i>				
24	Оказание первой медицинской помощи пострадавшему, укушенному змеей.		1			
25	Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударах, солнечном ожоге.		1			
26	Понятие об отморожении.		1			
27	Переохлаждение организма.		1			
28	Причины бедствий на воде.		1			
<b>Основы здорового образа жизни</b>		<b>6 ч</b>				Объясняют основные положения о здоровом образе жизни. Распознают виды двигательной активности и закаливания. Характеризуют сущность рационального питания. Отвечают на вопросы и выполняют задания, приведённые после каждого
<i>Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни</i>		<i>3 ч</i>				
29	Развитие и изменение организма подростков.		1			
30	Изменение поведения. Как отстаивать свою точку зрения.		1			
31	Взаимоотношения с родителями.		1			
<i>Факторы, укрепляющие здоровье человека</i>		<i>3 ч</i>				
32	Рациональное питание в жизнедеятельности человека.		1			
33	Значение белков, углеводов, жиров в питании человека.		1			

34	Гигиена и культура питания.		1			параграфа
----	-----------------------------	--	---	--	--	-----------

**Календарно-тематическое планирование по ОБЖ (7 класс)**

№ п/п	Наименование раздела, темы и урока	Коли чест	Коли чест	Сроки прохождения		Характеристика видов деятельности учащихся
				План	Факт	
1	2	3	4	5	6	7
	<b>Безопасность и защита человека в среде обитания</b>	<b>22 ч</b>				
<b>1</b>	<b>Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях.</b>	<b>22 ч</b>				
	<i>Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера.</i>	<i>19 ч</i>				Характеризуют основные опасные природные явления в местах вашего проживания и их последствия. Различают меры безопасного поведения в условиях опасных природных ЧС. Объясняют правила поведения в случае ЧС природного характера.. Применяют знания по действиям в ЧС природного характера на практике. Отвечают на вопросы и выполняют задания, приведённые после каждого параграфа
1	Классификация ЧС природного характера.		1			
2	Землетрясения. Вводное тестирование.		1			
3	Последствия землетрясений.		1			
4	Правила безопасного поведения при землетрясении.		1			
5	Вулканы.		1			
6	Правила безопасного поведения при извержении вулкана.		1			
7	Оползни, обвалы, селёвые потоки, снежные лавины.		1			
8	Меры по снижению потерь от оползней, селей, обвалов и лавин.		1			
9	Ураганы, бури, смерчи.		1			
10	Меры по снижению потерь от ураганов, бурь, смерчей.		1			
11	Наводнения.		1			
12	Меры по снижению потерь от наводнений.		1			
13	Изготовление и использование самодельных подручных плавательных средств для эвакуации во время наводнения.		1			
14	Цунами.		1			
15	Меры по снижению потерь от цунами.		1			
16	Природные пожары (лесные, торфяные, степные) и их характеристика.		1			
17	Происхождение природных пожаров, причины их возникновения и последствия.		1			
18	Меры по снижению потерь от природных пожаров.		1			
19	Правила безопасного поведения в зоне лесных пожаров и тушение пожара в лесу.		1			
	<i>Психологические аспекты выживания в опасных и чрезвычайных ситуациях.</i>	<i>3 ч</i>				Характеризуют основные типы характера.

20	Особенности психологических процессов до, во время и после стихийных бедствий.		1			Характеризуют и различают особенности поведения человека в различных ЧС.
21	Тестирование. Характер и темперамент.		1			Знают особенности своего характера.
22	Рекомендации по психологической подготовке к безопасному поведению в ЧС природного характера.		1			Знают и умеют применять на практике методы психологического контроля и регуляции поведения.
<b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи.</b>		<b>8 ч</b>				
<b>2</b>	<b>Основы медицинских знаний.</b>	<b>8 ч</b>				
<i>Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях.</i>		<i>8 ч</i>				
23	Разновидность повязок и их характеристика.		1			Вырабатывают практические навыки определения вида травмы.
24	Практическое наложение повязок на верхние конечности.		1			Вырабатывают навыки оказания первой помощи при различных видах травм.
25	Практическое наложение повязок на нижние конечности.		1			Вырабатывают навыки десмургии.
26	Практическое наложение повязок на голову, грудь, область живота.		1			Применяют правила само- и взаимопомощи при травмах.
27	Понятие о переломе. Виды и характеристика переломов.		1			Отвечают на вопросы и выполняют задания, приведённые после каждого параграфа.
28	Правила оказания первой медицинской помощи при переломах.		1			
29	Способы наложения шин.		1			
30	Порядок применения способов транспортировки пострадавших в зависимости от места перелома.					
<b>3</b>	<b>Основы здорового образа жизни.</b>	<b>4 ч</b>				
<i>Факторы, укрепляющие здоровье человека.</i>		<i>4 ч</i>				
31	Режим труда и отдыха - необходимое условие здорового образа жизни, обеспечивающее сохранение и укрепление здоровья.		1			Объясняют основные положения о здоровом образе жизни.
32	Умственная и физическая работоспособность.		1			Характеризуют основные правила формирования режима дня и умеют его составлять.
33	Составляющие режима дня и их характеристика.		1			Характеризуют работоспособность человека.
34	Основные принципы и содержание режима дня подростков. Как повысить эффективность самоподготовки.		1			Распознают виды активности человека и умеют преодолевать усталость. Отвечают на вопросы и выполняют задания, приведённые после каждого параграфа

### Формы и средства контроля

Знания и умения учащихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), письменных работ, а также практической деятельности, но отметки не выставляются.

Преобладающими формами контроля являются: письменный (тестовые задания и вопросы), устный опрос (собеседование), практические занятия (на основе полученных базовых знаний).

### Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса

№ п/п	Наименования объектов и средств материально-технического обеспечения	Состав комплекта	Количество на класс 25 учащихся		
			Осн	Баз	% обес
УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ КОМПЛЕКТ					
ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА					
1	Комплект учебников «Основы безопасности жизнедеятельности» УМК предметной линии Латчука В.Н.	«Основы безопасности жизнедеятельности». 5 кл. / Поляков В.В., Кузнецов М.И., Марков В.В. и др. – М.: Дрофа.	1		100
		«Основы безопасности жизнедеятельности». 6 кл. / Маслов А.Г., Марков В.В., Латчук В.Н. и др. – М.: Дрофа.	1		100
		«Основы безопасности жизнедеятельности». 7 кл. /Маслов А.Г., Марков В.В., Латчук В.Н. и др. – М.: Дрофа.	1		100
ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА					
2	Учебно-методические, дидактические и раздаточные материалы (литература)	Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 5 – 11 классы / [А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, Р.А. Дурнев и др.]; под общ. Ред. А.Т. Смирнова; Рос. Акад. Наук, Рос. Акод. Образования, изд-во «Просвещение». – М.: Просвещение, 2012.	1		100
		Основы безопасности жизнедеятельности. Планируемые результаты. Система заданий. 5-9 классы: пособие для учителей общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, М.В. Маслов; под ред. Г.С. Ковалевой, О.Б. Логиновой. – М. : Просвещение, 2013.	1		100
		Противодействие терроризму: учебное пособие для учащихся и воспитанников общеобразовательных учреждений / В.И. Семакин, Е.А. Печерская, изд-во «Кириллица», 2006.	1		100
		Примерные программы по учебным предметам. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы: проект. – 2-е изд., дораб. – М.: Просвещение, 2011. - (Стандарты второго поколения).	1		100
		Ужегов Г.Н. Секреты выживания в чрезвычайных ситуациях. – М.: АНС, 1999.	1		100

		Учебники для 5-9 классов УМК предметной линии Смирнова А.Т.	ком. кл.		100
<b>ПРИБОРЫ ЛАБОРАТОРНЫЕ</b>					
3	Массогабаритный макет автомата Калашникова			1	100
4	Комплект принадлежностей для оказания первой медицинской помощи	Имитатор ранений, перевязочный материал, йод, медицинские жгуты, перекись водорода	5	5	100
5	Комплект принадлежностей, обеспечивающий безопасное пребывание человека в природных условиях	Компасы, часы со стрелочной индикацией	5		100
6	Комплект шин складных средний (для руки и ноги)		1	1	100
7	Противогаз детский	Противогазовая коробка и лицевая часть (шлем-маска). Коробка с незапотевающими пленками и сумка.	25		100
8	Противогаз взрослый	Противогазовая коробка и лицевая часть (шлем-маска). Коробка с незапотевающими пленками и сумка.		25	100
9	Общевойсковой защитный плащ			6	0
<b>ПРИБОРЫ ДЕМОНСТРАЦИОННЫЕ</b>					
10	Прибор радиационной разведки	Воспринимающее, усилительное и измерительное устройства, блок питания и источники питания			-
11	Прибор химической разведки	Металлический корпус с крышкой, ручной насос, бумажные кассеты с индикаторными трубками для обнаружения и определения отравляющих веществ			-
<b>ПЕЧАТНЫЕ ПОСОБИЯ</b>					
12	Комплекты таблиц демонстрационных по ОБЖ	Комплект таблиц демонстрационных для соответствующих тем учебников по предмету, имеющих гриф Министерства образования РФ. Документация по работе с программой.	1	1	100
<b>СРЕДСТВА ИНФОРМАЦИОННЫХ И КОММУНИКАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ</b>					
13	Акустическая система		1	1	100
14	Интерактивный комплект		1	1	100
15	Мультимедиа проектор		1	1	100
16	Портативный компьютер учителя		1	1	100
17	Сетевой фильтр-удлинитель		1	1	100

18	Флеш-память		1	1	100
<b>ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ - ИНСТРУМЕНТЫ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ</b>					
19	Программное обеспечение для компьютера учителя	Операционная система. Редакторы текста, электронных таблиц, презентаций с встроенной проверкой орфографии (совместимые с MS Office). Браузер. Антивирус с лицензией обновления антивирусных баз на год. Почтовый клиент. Программа для просмотра изображений. Проигрыватель аудио и видеофайлов (включая DVD и mp3). Программы для редактирования изображений и видео. Программа для создания и просмотра архивированных файлов формата ZIP и RAR. Программа для записи CD и DVD-дисков. Программа для просмотра PDF-файлов.	1	1	100
<b>ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ - ИНФОРМАЦИОННЫЕ ИСТОЧНИКИ</b>					
20	Видеозаписи по ОБЖ	Видеозаписи (фрагменты и полнометражные фильмы), иллюстрирующие процессы и явления, упоминаемые в учебниках по предмету, имеющих гриф Министерства образования	1	1	100
21	Банки тестовых заданий по ОБЖ	Банки тестовых заданий для соответствующих тем учебников по предмету, имеющих гриф Министерства образования РФ		1	100
	Иллюстративные материалы по ОБЖ	Цифровые изображения для объектов, упоминаемых в учебниках по предмету, имеющих гриф Министерства образования	1	1	100
22	Учебно-методические комплекты по ОБЖ	По одному цифровому экземпляру каждого пособия, входящего в комплект и по два экземпляра в форме печатного издания	1	1	100
<b>ДОСКИ УЧЕБНЫЕ</b>					
23	Доска маркерная		1	1	100

### Сайты в помощь преподавателю-организатору ОБЖ

Название сайта	Электронный адрес
Совет безопасности РФ	<a href="http://www.scrf.gov.ru">http://www.scrf.gov.ru</a>
МЧС России	<a href="http://www.emercom.gov.ru">http://www.emercom.gov.ru</a>
Министерство здравоохранения 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://www.ed.gov.ru">http://www.ed.gov.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>
Федеральный надзор России по ядерной и радиационной безопасности	<a href="http://www.gan.ru">http://www.gan.ru</a>
Русский образовательный портал	<a href="http://www.gov.ed.ru">http://www.gov.ed.ru</a>
Департамент образования, культуры и молодежной политики Белгородской области	<a href="http://www.beluno.ru">http://www.beluno.ru</a>

Белгородский региональный институт ПКППС	<a href="http://ipkps.bsu.edu.ru/">http://ipkps.bsu.edu.ru/</a>
Федеральный российский общеобразовательный портал	<a href="http://www.school.edu.ru">http://www.school.edu.ru</a>
Федеральный портал «Российское образование»	<a href="http://www.edu.ru">http://www.edu.ru</a>
Портал компании «Кирилл и Мефодий»	<a href="http://www.km.ru">http://www.km.ru</a>
Образовательный портал «Учеба»	<a href="http://www.uroki.ru">http://www.uroki.ru</a>
Журнал «Курьер образования»	<a href="http://www.courier.com.ru">http://www.courier.com.ru</a>
Журнал «Вестник образования»	<a href="http://www.vestnik.edu.ru">http://www.vestnik.edu.ru</a>
Издательский дома «Профкнига»	<a href="http://www.profkniga.ru">http://www.profkniga.ru</a>
Издательский дом «1 сентября»	<a href="http://www.1september.ru">http://www.1september.ru</a>
Издательский дом «Армпресс»	<a href="http://www.armpress.info">http://www.armpress.info</a>
Фестиваль педагогический идей «Открытый урок» (издательский дом «1 сентября»)	<a href="http://festival.1september.ru/">http://festival.1september.ru/</a>
Энциклопедия безопасности	<a href="http://www.opasno.net/">http://www.opasno.net/</a>
Личная безопасность	<a href="http://personal-safety.redut-7.ru/">http://personal-safety.redut-7.ru/</a>
Образовательные ресурсы Интернета-Безопасность жизнедеятельности	<a href="http://www.alleng.ru/">http://www.alleng.ru/</a>
«Мой компас» (безопасность ребёнка)	<a href="http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det">http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det</a>
Информационно-методическое издание для преподавателей ОБЖ-МЧС России	<a href="http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html">http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html</a>
Эконавт-CATALOG (электронный каталог интернет ресурсов по Охране труда, Безопасности дорожного движения, Безопасности жизнедеятельности)	<a href="http://www.econavt-catalog.ru/">http://www.econavt-catalog.ru/</a>
Портал Всероссийской олимпиады школьников	<a href="http://rusolymp.ru/">http://rusolymp.ru/</a>
Образовательные ресурсы Интернета – Безопасность жизнедеятельности	<a href="http://www.alleng.ru/edu/saf.htm">http://www.alleng.ru/edu/saf.htm</a>
Безопасность. Образование. Человек. Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё о Безопасности Жизнедеятельности	<a href="http://www.bezopasnost.edu66.ru">http://www.bezopasnost.edu66.ru</a>
Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях	<a href="http://www.hardtime.ru">http:// www.hardtime.ru</a>

