

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Маргучекская средняя общеобразовательная школа»
(МБОУ «Маргучекская СОШ»)**

«РАССМОТРЕНА»

на заседании экспертного совета
28/08/2020 г.

«УТВЕРЖДЕНА»

Приказом директора
МБОУ «Маргучекская СОШ»


Н.Г. Сидоренко
Приказ № 91
от «28» 08 2020 г.



**Рабочая программа
по предмету
«Основы безопасности жизнедеятельности»
для 5-6-го класса
Срок реализации 2020-2022 учебный год**

Составитель:
Желонкин Игорь Константинович,
учитель ОБЖ

**Маргучек
2020 г.**

Рабочая программа по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе:

- Федеральный Государственный Образовательный Стандарт основного общего образования от 17 декабря 2010 года №1897 с изменениями и дополнениями.
- Приказ Минобрнауки России от 31 марта 2014 года №253 «Об утверждении Федерального Перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную Аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».
- Приказы Минобрнауки России «О внесении изменений в Федеральный Перечень учебников, рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную Аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования», утверждённые Приказами Министерства Образования и Науки Российской Федерации от 08 июня 2015 года №576; от 28 декабря 2015 года №1529; от 26 января 2016 года №38; от 29 декабря 2016 года №1677; от 26 января 2017 года №15; от 08 июня 2017 года №535; от 20 июня 2017 года №581; от 13 июля 2017 года №629.
- Приказ Минобрнауки России от 09 июня 2016 года №699 «Об утверждении перечня организаций, осуществляющих выпуск учебных пособий, которые допускаются к использованию при реализации имеющих государственную Аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования».
- Приказ Минобрнауки России от 29 декабря 2018 года №345 «Об утверждении Федерального Перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального, основного общего, среднего общего образования»

Программа по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для 5 класса разработана на основе Федерального Государственного образовательного стандарта основного общего образования. При разработке рабочей программы учитывалось содержание учебников и учебных пособий для 5-9 классов под редакцией Н.Ф. Виноградовой, рекомендованных Министерством образования РФ на 2019-2020 учебный год.

Рабочая программа является типовой, определяющей базовое содержание курса по ФГОС и предназначена для общеобразовательных учреждений. В ней реализованы требования Конституции Российской Федерации и федеральных законов Российской Федерации «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности дорожного движения», «О радиационной безопасности населения», «О пожарной безопасности», «Об экологической безопасности», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», «Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан», Концепции национальной безопасности Российской Федерации.

Данная рабочая программа разработана с учётом ФГОС. На изучение курса ОБЖ в 5–9 классах отводится по 35 часов в год (1 час в неделю).

Обучение основам безопасности жизнедеятельности по данной программе предусматривает проведение практических занятий, направленных на закрепление полученных знаний и умений, а также уроков-проектов в рамках ФГОС.

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.

Пояснительная записка

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, имеющие 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».

1. 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 подростков, несчастным случаям и трагическим результатам.

2. Учащиеся 8—9 классов вступают в пору юности. 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.
3. Формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих.
4. Развитие навыков сохранения жизни и здоровья в неблагоприятных, угрожающих жизни условиях, умений оказывать своевременную и грамотную помощь себе и другим пострадавшим.
5. Воспитание способности к самоконтролю, самооценке поведения в ситуациях, которые могут стать опасными для жизни и здоровья окружающих, развитие умения предвидеть последствия своего (чужого) поведения.
6. 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 8—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. 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.

Место курса ОБЖ в учебном плане

В условиях особого внимания образовательной организации к проблемам здоровьесбережения и осознания коллективом социальной важности изучения ОБЖ этот предмет начинает изучаться с первого школьного звена. В начальной школе знания об основах и охране жизнедеятельности человека включены в содержание курса «Окружающий мир».

В соответствии с примерным учебным планом, раскрытым в Примерной основной образовательной программе 2015 года, обязательное изучение предмета предусмотрено в 8—9 классах. Вместе с тем, руководствуясь правом образовательной организации использовать часть учебного времени по собственному усмотрению, а также актуальностью изучения данного курса для формирования культуры общения школьников с окружающим миром, развития умения правильно вести себя в различных чрезвычайных ситуациях, целесообразно начинать изучение данного предмета с 5 класса. Это, во-первых, будет процесс расширения и углубления тех знаний, которые учащиеся получили в курсе «Окружающий мир» начальной школы, а во-вторых, пропедевтикой процесса изучения ОБЖ в последующих классах.

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 и способность предвидеть последствия своих действий и поступков;
- *оценивать* неординарные, чрезвычайные ситуации, определять ошибки в действиях их участников, намечать способы их устранения.

Коммуникативные:

- *участвовать* в диалоге (высказывать своё мнение, терпимо относиться к разным мнениям, объективно оценивать суждения участников);
- *формулировать* обобщения и выводы по изученному материалу;
- *составлять* обоснованные суждения о правилах поведения в различных чрезвычайных ситуациях;
- *характеризовать* понятия (в рамках изученных), пользоваться словарями для уточнения их значения и смысла;
- *характеризовать* причины происходящих событий, делать выводы о возможных способах их устранения.

Предметные результаты

Учащиеся научатся:

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

Содержание курса

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

Введение

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Что такое здоровый образ жизни, природные и техногенные ситуации. Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя. Почему нужно знать свой организм. Особенности организма человека. Какие системы органов есть у человека. За что отвечают системы органов, их характеристика. Укрепление нервной системы: что нервная система «любит», чего нервная система «не любит». Тренировка сердца. Развитие дыхательной системы, дыхательные упражнения для утренней гимнастики. Правильное рациональное питание: умеренность, сбалансированность, разнообразие, своевременность. Виды углеводов («медленные», «быстрые»), их влияние на организм и здоровье человека. Пирамида сбалансированного питания.

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

Как вести здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье: условия жизни, образ жизни, врождённые особенности, качество медицинского обслуживания. Организованность и здоровье.

Организованность и планирование своей жизни — условия сохранения здоровья.

Чистота — залог здоровья. Правила личной гигиены. Тщательно вымытые овощи и фрукты как условие сохранения здоровья.

Движение — это жизнь. Положительное влияние физкультуры на организм человека. Комплекс упражнений для развития движений. Программа повышения уровня своей физической подготовки. Закаливание как условие сохранения здоровья. Значение закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Правила закаливания.

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

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

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

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

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

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

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

На игровой площадке

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

Предусмотрительность и осторожность во время игр. Особенности поведения на игровой площадке при условии близости игровой зоны для самых маленьких детей. Правила проведения спортивных игр (футбол, волейбол, хоккей и др.) при небольших размерах игровой площадки и близости дороги или шоссе.

Оказание первой помощи при ушибах, вывихах, переломах.

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

На природе

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

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

Опасности, которые таит вода. Выбор места для купания и его оценка. Правила безопасного поведения на воде при купании, катании на лодке.

Оценка состояния льда в осеннее и весеннее время года. Правила безопасного поведения на льду.

Переправа через водные препятствия. Предусмотрительность и осторожность во время преодоления водных препятствий.

Туристский поход: радость без неприятностей

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

Походная аптечка. Список лечебных препаратов, необходимых в походе.

Режим дня в многодневном походе. Правила организации режима дня туриста: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий и игр. Походная еда, правила её приготовления.

Когда человек сам себе враг.

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

Курение. Вред курения для здоровья. Особая опасность курения в подростковом возрасте.

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

Предупреждение простудных заболеваний. Первая помощь при подозрении на переломы и вывихи.

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

Практические работы

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

Проектная 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, способность к самооценке, самоуправлению с учётом социальных норм и правил; стремление планировать свою жизнедеятельность при смене жизненных ситуаций, в том числе при чрезвычайных.

Социальные факторы, отрицательно воздействующие на психическое здоровье человека: социальные конфликты, нестабильность в обществе, нарушение взаимоотношений людей и др.

Эмоциональное здоровье подростка и условия его сохранения: благополучная адаптация к коллективу сверстников, демократический стиль отношений со взрослыми и сверстниками, интересная познавательная среда, объективная самооценка, правильная организация жизни и деятельности и др. Негативные факторы воздействия на эмоциональное здоровье и благополучие подростка: проблемы в семейных отношениях, неумение общаться (дружить), неблагоприятный школьный климат, необъективная оценка своего «Я» и др.

Социальное здоровье и условия его сохранения. Осознанное и добровольное принятие нравственных ценностей общества и их добровольное исполнение как критерий социального здоровья.

Человек и окружающая среда

Неблагополучная экологическая ситуация и зоны риска. Факторы неблагоприятной экологической обстановки: загрязнение воздуха и его причины. «Безобидный воздух», «загрязнённый воздух».

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

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

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

Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни.

Причины и последствия пожара. Правила пожарной безопасности. Правила поведения при пожаре.

Первичные средства пожаротушения. Меры безопасности при пользовании пиротехникой.

Чрезвычайные ситуации в быту. Безопасность при использовании бытового газа, предметов бытовой химии. Правила поведения при заливе квартиры. Правила пользования электроприборами.

Разумная предосторожность

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

Опасные игры.

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

Современный транспорт и безопасность.

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

отношение к ним.

Безопасный отдых и туризм.

Виды туризма. Объективные и субъективные трудности туристского похода. Групповое снаряжение походной туристской группы. Обеспечение безопасности в туристских походах: виды опасностей.

Движение по маршруту, график движения. Правила преодоления естественных препятствий.

Обеспечение безопасности при переправах через водные препятствия. Правила разведения костра.

Правила поведения туриста, если он отстал от группы. Сигналы бедствия. Туризм и экология окружающей среды. Обеспечение безопасности в водном туристском походе. Снаряжение для водного туризма. Правила безопасного поведения на воде. Узлы в туристском походе.

Когда человек сам себе враг.

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

Самовоспитание: предупреждение привыкания к компьютерным играм.

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.

Что такое чрезвычайная ситуация: основные понятия. Классификация чрезвычайных ситуаций (ЧС), их характер и особенности. Система оповещения в ЧС, общие правила эвакуации.

Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них. Характеристика наиболее распространённых и опасных ЧС. Геофизические чрезвычайные ситуации: землетрясение как геофизическое природное явление; наводнения, природные пожары, извержения вулкана, цунами, сели, оползни и др. Предвестники природных ЧС. Поведение во время природных ЧС.

Чрезвычайные ситуации биологического происхождения и защита от них: эпидемии, энзоотии, эпизоотии (без обязательного усвоения термина). Пути заражения. Способы предупреждения заражения.

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

Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации. Экстремизм и терроризм. Крайние проявления экстремизма. Проявления терроризма.

Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму. Государственные мероприятия по борьбе с экстремизмом и терроризмом. Пути снижения угрозы теракта. Личная безопасность при похищении и/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 сооружений 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».

Тематическое планирование (с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы):

5 класс

Номер темы (урока)	Название темы (содержание); структура уроков, основные методы и приёмы	Кол-во часов
1	Введение. Необходимость изучения предмета ОБЖ. Символическое изображение правил ОБЖ. <u>Учебный диалог:</u> анализ информации, представленной в тексте учебника; обсуждение и оценка проблемных ситуаций, представленных в иллюстрациях <u>Работа с рубрикой «Обсудим вместе»:</u> анализ и характеристика знаков-символов ОБЖ	1 (стр. 3-6)
2-3	За что «отвечают» системы органов. Организм человека как единое целое. Функции разных систем органов тела. Почему нужно знать свой организм. <u>Работа с рубрикой «Вспомните»:</u> актуализация имеющегося опыта по данной теме <u>Выполнение тестовых заданий:</u> оценка знаний об особенностях своего организма <u>Работа в парах:</u> правила взаимодействия при решении учебной задачи <u>Обобщающий рассказ учителя:</u> «Организм как система органов»	2 (стр. 8-10)
4	Как укреплять нервную систему. Выполнение правил бережного отношения к нервной системе. Укрепление нервной системы. <u>Учебный диалог (работа с рубрикой «Обсудим вместе»):</u> анализ текста «Что любит нервная система» <u>Работа с иллюстрациями:</u> ответ на вопрос: «Чего не любит нервная система?» <u>Практическая работа:</u> измерение пульса <u>Работа в группах:</u> составление плана укрепления нервной системы: «Что мы обязательно должны делать каждый день, чтобы укреплять нервную систему»	1 (стр. 10-11)
5	Как можно тренировать сердце. О чём рассказывает пульс. Тренировка сердца. <u>Рассказ-объяснение учителя:</u> «Сердце – главный орган человеческого организма»	1 (стр. 12)

	Практическая работа: «Учимся измерять пульс»	
6	<p>Укрепляем дыхательную систему. Дыхательная система человека, её функции и значение. Охрана дыхательной системы.</p> <p>Задание по рубрике «Вспомните»: <i>ответ на вопрос: «Что такое дыхательная система?»</i></p> <p>Учебный диалог (работа с рубрикой «Обсудим вместе»): «Правила бережного отношения к дыхательной системе»</p> <p>Практическое занятие: <i>упражняем дыхательную систему (дыхательные упражнения)</i></p> <p>Работа с рубрикой «Медицинская страничка»</p>	1 (стр. 13-15)
7-8	<p>Питаемся правильно. Питание школьника-подростка. Почему важно обращать внимание на правильное питание. Принципы рационального питания. Первая помощь при отравлениях и пищевой аллергии.</p> <p>Чтение и анализ текста: «Рациональное питание – что это такое»</p> <p>Анализ схемы-пирамиды сбалансированного питания</p> <p>Учебный диалог на основе: <i>проведённого опыта и проблемных ситуаций</i></p> <p>Оценка проблемных ситуаций: «Как мы питаемся»</p> <p>Практическая работа: <i>меню для подростка</i></p> <p>Работа с рубрикой «Медицинская страничка»</p>	2 (стр. 16-23)
9-10	<p>Здоровье органов чувств. Правила бережного отношения к органам чувств.</p> <p>Работа с рубрикой: «Знаете ли вы себя?»: <i>самоконтроль поведения (оценка выполнения тестовых заданий)</i></p> <p>Практическая работа: <i>тренировка глаз</i></p> <p>Обсуждение и оценка информации, представленной в рубрике «Медицинская страничка»</p>	2 (стр. 24-27)
11-12	<p>Проектная деятельность. Исследовательская деятельность по темам: «Слух человека и животных. Сравнительная характеристика»; «Как сохранить обоняние?»; «Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его?»</p> <p>Обсуждение предоставленных проектов</p>	2 (стр. 27)
13	<p>Здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье.</p> <p>Работа с диаграммой: <i>(анализ, оценка) «Что влияет на здоровье?»</i></p> <p>Работа с рубрикой «Знаете ли вы себя?»: <i>анализ ответов на тестовые задания</i></p> <p>Учебный диалог: <i>анализ и оценка жизненных ситуаций</i></p>	1 (стр. 28-29)
14-15	<p>Чистота – залог здоровья. Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши).</p> <p>Работа в парах: <i>оценка «вредных» советов (по текстам и иллюстрациям)</i></p> <p>Работа в группах: <i>составление памятки «Правила личной гигиены»</i></p> <p>Работа с текстами и иллюстрациями</p> <p>Работа с информацией, представленной в рубрике «Медицинская страничка»</p>	2 (стр. 30-36)
16	<p>Движение – это жизнь. Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.</p> <p>Практическое занятие <i>в физкультурном зале</i></p>	1 (стр. 36-39)
17	<p>Закаливание. Закаливание – средство охраны и укрепления здоровья. Программа и правила закаливания.</p> <p>Учебный диалог: «Что такое закаливание»</p> <p>Практическая работа: <i>составление программы закаливания</i></p> <p>Работа с информацией, представленной в рубрике «Медицинская страничка»</p>	1 (стр. 40-42)
18	<p>Подросток и компьютер. Правила безопасного пользования компьютером. Виды занятий, снимающих утомление.</p> <p>Работа с рубрикой «Знаете ли вы себя?»: <i>самоанализ и самооценка поведения и организации деятельности</i></p>	1 (стр. 43-48)

	<p><u>Анализ информации, представленной в тексте учебника</u> <u>Практическое занятие: правила работы с компьютером</u> <u>Совместная деятельность в парах: анализ иллюстративного материала по теме урока</u></p>	
19	<p>Повторение и обобщение пройденного. Что такое здоровый образ жизни. Правила здорового образа жизни. <u>Рассматривание схемы по данной теме, подбор примеров, иллюстрирующих её позиции</u> <u>Работа в парах: сделайте вывод «Что такое здоровый образ жизни», запишите его, сравните с результатами работы других пар. Оцените свою работу</u></p>	1 (стр. 48)
20-21	<p>Мой безопасный дом. Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры и мытья посуды. Животные, распространяющие инфекцию (мыши, тараканы, клопы). <u>Учебный диалог: (работа с рубрикой «Обсудим вместе»): сравнение высказываний, определение ложного суждения</u> <u>Работа в парах: составление плана уборки квартиры</u> <u>Составление памятки «Как мыть посуду»</u></p>	2 (стр. 50-52)
22-23	<p>Техника безопасности в доме. Техника безопасности в доме. Первая помощь при ушибах, отравлении клеем, его парами, газом и при поражении током. <u>Учебный диалог: анализ иллюстраций</u> <u>Учебный диалог: анализ текста и иллюстраций</u> <u>Чтение текста рубрики «Медицинская страничка».</u> <u>Анализ представленной информации</u></p>	2 (стр. 52-56)
24	<p>Дорога в школу и обратно. Школьная жизнь начинается с дороги. Безопасная дорога от школы до дома. <u>Работа с рубриками «Знаете ли вы себя» и «Вспомните»:</u> самоанализ и самооценка поведения (на улицах и дорогах) <u>Практическая работа: безопасный маршрут до школы</u></p>	1 (стр. 58-60)
25-26	<p>Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения. Правила безопасности пешеходов. Умеете ли вы оценивать дорожную обстановку. Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения. Правила безопасного поведения пассажира и пешехода. Оценивание дорожной ситуации с позиций безопасности. <u>Чтение и анализ текста</u> <u>Работа в парах: оценка информации, представленной в иллюстрациях по данной теме</u> 10 <u>Практическая работа: анализ и обобщение информации, представленной в иллюстрациях; анализ и характеристика дорожных знаков</u></p>	2 (стр. 60-64)
27-28	<p>Безопасная дорога. Дорожное движение в населённом пункте и за городом. Безопасная дорога. Правила поведения на улицах и дорогах. «Дорожные ловушки» - определение опасных для пешехода мест. <u>Практическая работа: обсуждение ситуаций, связанных с «дорожными ловушками»; повторение правил и знаков дорожного движения</u> <u>Работа с рубрикой «Для любознательных»</u></p>	2 (стр. 64-73)
29	<p>Школьник как пешеход и пассажир. Школьников как пассажир. Правила поведения пассажира разных видов транспорта. <u>Работа с информацией, представленной в иллюстрациях по данной теме</u> <u>Работа в парах: рассказ для младшего школьника на тему «Как перейти дорогу»</u> <u>Работа в группах: «зададим друг другу вопросы»</u></p>	1 (стр. 74)
30	<p>Общие правила школьной жизни. Ориентировка в школьных помещениях. Расположение помещений в школе. Функции разных школьных помещений. Общие правила безопасного поведения в школьных помещениях и во дворе школы.</p>	1 (тетрадь)

	<p>Работа в группах: <i>рисование плана школы с указанием основных помещений</i></p> <p>Учебный диалог: <i>«Может ли неправильное поведение в школе привести к неприятностям?»</i></p> <p>Составление памятки <i>«Общие правила поведения в школе»</i></p>	
31-32	<p>Правила поведения в школе. Поведение на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой. Безопасное общение. Первая помощь при сотрясении мозга, ушибах и кровотечении. Меры предупреждения пожаров, правила эвакуации при пожаре. Помощь при отравлении угарным газом и при ожогах.</p> <p>Чтение и анализ текста учебника <i>«Поведение на занятиях»</i></p> <p>Работа с рубрикой <i>«Проверь себя»</i>, обсуждение и оценка результатов самотестирования</p> <p>Учебный диалог: <i>«Вредные советы Г. Остера»</i></p> <p>Рассказ-объяснение учителя <i>«Поведение, которое приводит к беде»</i></p> <p>Практическая работа: <i>учимся выполнять правила поведения</i></p> <p>Работа с рубрикой <i>«Медицинская страничка»</i>: <i>оценка информации, представленной в рубрике</i></p>	2 (стр. 75-82)
33	<p>Если в школе пожар... Как вести себя, если в школе начался пожар. Правила эвакуации при пожаре.</p> <p>Работа с рубрикой <i>«Вспомните»</i>: <i>как мы ориентируемся в школьных помещениях</i></p> <p>Работа в группах: <i>чтение схемы эвакуации при пожаре в школе</i></p> <p>Чтение и обсуждение текста: <i>правила поведения при пожаре</i></p> <p>Анализ информации, представленной в рубрике <i>«Медицинская страничка»</i></p>	1 (стр. 82-86)
34-25	Резерв.	2 (по отд. плану)
ИТОГО:		35

Примечания, дополнения, изменения: ориентируясь на учебник, в резервные часы необходимо провести беседы с обучающимися по вопросам, изложенным в учебнике на стр. 132-156 («Туристический поход: радость без неприятностей» и «Когда человек сам себе враг»). Также ещё раз повторить и закрепить знания по рубрике «Словарь» на стр. 157-158.

6 класс

Номер темы (урока)	Название темы (содержание); структура уроков, основные методы и приёмы	Кол-во часов
1-2	<p>Введение. 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.</p> <p>Работа в группах: <i>рассказы учащихся на тему «Зачем мы изучаем ОБЖ».</i></p> <p>Составление словарика: <i>характеристика понятий, необходимых при изучении ОБЖ</i></p> <p>Регулятивная деятельность: <i>анализ и оценка подготовленных суждений – значение термина или понятия</i></p>	2 (стр. 3-6; тетрадь)
3-4	<p>Подготовка к прогулке. 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.</p> <p>Чтение и анализ текста <i>«Подготовка к прогулке»</i></p> <p>Работа в парах: <i>анализ информации, представленной в иллюстрациях по данной теме.</i></p>	2 (стр. 88-89)

	<p><u>Учебный диалог</u>: зададим друг другу вопрос: «Готов ли ты к прогулке?»</p> <p><u>Работа с рубрикой</u> «Медицинская страничка». Создание карточек-символов, отражающих приёмы снятия усталости</p>	
5-7	<p>На игровой площадке. 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.</p> <p><u>Рассказ учителя</u> о правилах поведения на игровой площадке и причинах возникновения опасных для играющих ситуаций</p> <p><u>Чтение и анализ текста</u> «Крылатые качели»</p> <p><u>Работа в парах</u>: анализ ситуаций, изображённых на рисунках</p> <p><u>Учебный диалог</u>: правила езды на велосипеде</p> <p><u>Работа в парах</u>: составление памятки «Ездим на роликовых коньках»</p>	3 (стр. 89-94)
8-10	<p>Учимся оказывать первую помощь. Первая помощь при переломах и вывихах. Поиск подростками «приключений»: оправдан ли риск.</p> <p><u>Практическая работа</u>: первая помощь при травмах</p> <p><u>Учебный диалог</u>: зададим друг другу вопросы по теме</p>	3 (стр. 94-97)
11-12	<p>Встреча с животными. Животные на игровой площадке. Особенности поведения собаки в зависимости от настроения, ожидания опасности, отношения к человеку.</p> <p>Правила поведения при встрече с собакой, находящейся без хозяина.</p> <p><u>Чтение и анализ текста</u> «Собака не всегда друг»</p> <p><u>Практическая работа</u>: оценка поз и мимики собаки; первая помощь при укусе</p> <p><u>Учебный диалог</u>: анализ и оценка жизненных ситуаций (стоит ли рисковать)</p>	2 (стр. 98-102)
13-17	<p>Ориентирование. Ориентирование на местности. Что такое ориентир. Ориентирование по компасу, солнцу и часам, Полярной звезде, местным признакам. Измерение расстояния на местности.</p> <p><u>Практические работы</u>: (в классе, на участке школы, в ближайшем парке): ориентирование на местности разными способами; измерение расстояний на местности</p> <p><u>Учебный диалог</u>: анализ правил поведения в лесу</p> <p><u>Работа в парах</u>: составление памятки на тему «Если вы заблудились в лесу»</p> <p><u>Оценка рефератов учащихся</u>: «История создания компаса»</p>	5 (стр. 104-111)
18-19	<p>Правила поведения во время прогулок и экскурсий. Характеристика опасностей, которые могут встретиться во время прогулок на природе. Общие правила поведения во время экскурсий в природу.</p> <p><u>Работа с рубрикой</u> «Вспомните»: использование имеющегося опыта (правила поведения на экскурсиях)</p> <p><u>Учебный диалог</u>: работа с иллюстрациями и текстами учебника</p>	2 (стр. 111-113)
20-23	<p>Если встретилась опасность. Правила поведения в экстремальных (аварийных) ситуациях (потеря ориентировки, незнакомая местность и др.). Опасные встречи (звери, насекомые, змеи). Первая помощь при укусе змеи, насекомого, других животных.</p> <p><u>Работа в парах</u>: анализ и оценка опасностей неправильного поведения</p> <p><u>Рассказ-объяснение учителя</u>: «Когда животные опасны»</p> <p><u>Работа с рубрикой</u> «Медицинская страничка»: оценка информации, представленной в тексте по данной теме</p> <p><u>Анализ информации</u>, представленной в рубрике «Для любознательных»</p> <p><u>Практическая работа</u>: оказание помощи при укусах насекомых и змей</p>	4 (стр. 115-118)
24	<p>Расширим свои знания о змеях. Какие змеи обитают в разных регионах нашей</p>	1

	<p>страны. Внешний вид, повадки разных змей: обыкновенные гадюки, гюрзы, эфы. Опасность, которую представляют эти змеи. Правила поведения при встрече со змеёй.</p> <p><u>Просмотр и обсуждение видеофильма «Всё о змеях»</u></p>	(стр. 118-121)
25	<p>Ядовитые растения и грибы. Определение ядовитых растений и грибов по внешнему виду.</p> <p><u>Просмотр и обсуждение видеофильмов «Ядовитые растения», «Ядовитые грибы»</u></p> <p><u>Работа с иллюстративным материалом и гербарием</u></p>	1 (тетрадь)
26-30	<p>На водоёме. 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.</p> <p><u>Учебный диалог (работа с рубрикой «Обсудим вместе»): выбор места для купания</u></p> <p><u>Формулирование вывода: правила купания и катания на лодках</u></p> <p><u>Работа в парах: правила нахождения на льду, правила организации переправы</u></p> <p><u>Работа с рубрикой «Медицинская страничка»: оценка информации, представленной в тексте по данной теме</u></p>	5 (стр. 121-130)
31-32	<p>Проектная деятельность. Чтобы экскурсия в природу была безопасной.</p> <p><u>Представление группами проектов на тему «Экскурсия в природу и её организация»</u></p> <p><u>Оценка классом содержания и презентации проекта</u></p>	2 (тетрадь)
33-35	Резерв.	3 (по отд. плану)
ИТОГО:		35

Примечания, дополнения, изменения: ориентируясь на учебник, в резервные часы необходимо провести беседы с обучающимися по вопросам, изложенным в учебнике на стр. 132-156 («Туристический поход: радость без неприятностей» и «Когда человек сам себе враг»). Также ещё раз повторить и закрепить знания по рубрике «Словарь» на стр. 157-158.

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса:

Учебно-методические комплекты по основам безопасности жизнедеятельности:

1. Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В., Сидоренко Л. В., Таранин А. Б. Основы безопасности жизнедеятельности. 5—7 классы: учебник. — М.: Вентана-Граф.
2. Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В., Сидоренко Л. В. и др. Основы безопасности жизнедеятельности. 8—9 классы: учебник. — М.: Вентана-Граф.

Программы, методические и учебные пособия:

1. Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В., Таранин А. Б. Основы безопасности жизнедеятельности. 5—7 классы: рабочая программа. — М.: Вентана-Граф.
2. Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 8—9 классы: рабочая программа. — М.: Вентана-Граф.
3. Виноградова Н. Ф. Основы безопасности жизнедеятельности. 5—7 классы: методическое пособие. — М.: Вентана-Граф.
4. Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 8—9 классы: методическое пособие. — М.: Вентана-Граф.

Экранно-звуковые пособия:

1. Видеofilмы по основным темам и разделам курса ОБЖ в основной школе.
2. Аудиозаписи для проведения занятий.

Технические средства обучения:

- телевизор с универсальной подставкой;
- видеоманитофон 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.

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).