

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 20»

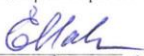
РАССМОТРЕНО

на заседании методического  
совета

Протокол № 1 от  
«28» августа 2015г.


СОГЛАСОВАНО

с заместителем директора по УВР

  
Е. Н. Марецова

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ «Средняя  
общеобразовательная школа  
№ 20»

  
/ Г. В. Павлов /  
Приказ № 139 от  
«1» сентября 2015г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по ОБЖ 5-9 класс  
учебный предмет (образовательная система), класс

5 лет  
срок реализации программы

Составил: Важенина И.В., первая категория

г. Шадринск, 2021 г.

## Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на уровне основного общего образования составлена на основе:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 06.03.2019);
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (в ред. приказа № 1577 от 31.12.15);
- Основной образовательной программы основного общего образования МКОУ «СОШ № 20»;
- Рабочей программы «Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы» Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов, А. Б. Таранин. — М.: Просвещение;
- Положения о рабочих программах МКОУ «СОШ № 20»

### Для реализации программного содержания используется УМК:

1. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-7 кл.: учебник для Просвещение; 2021;
2. Основы безопасности жизнедеятельности: 8-9 кл.: учебник для общеобразовательных учреждений / Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов, А. Б. Таранин; - М.: Вентана-Граф; 2020;

Согласно учебному плану МКОУ «СОШ № 20» на изучение предмета ОБЖ в рабочей программе в 5 - 9 классах отводится 200 часов: 5 класс – 0,5 ч. (16 часов в год), 6, 7 классы 0,5 ч. (по 16 ч. в год), 8,9 класс 1 час (34 ч. в год).

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

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

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 антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

### Методы и формы

При изучении курса «Основы безопасности жизнедеятельности в 5-9 классах используются:

*Наглядные методы* - групповой и индивидуальные принципы обучения.

Принципы реализуются с помощью различных методов и средств (ТСО, наглядность), приемов позволяющих представлять взаимосвязь изучаемых явлений с реальной действительностью.

Основные методы обучения - объяснительно-иллюстративные:

*Словесные методы*: объяснение, рассказ, чтение, беседа, диалог (диалог педагога с учащимися, диалог учащихся друг с другом основываются на непосредственном восприятии изучаемых предметов посредством использования наглядных материалов: картин, рисунков, плакатов, фотографий; таблиц, схем, диаграмм, чертежей, графиков; демонстрационных материалов: моделей, приборов, предметов (образцов изделий, муляжей и т. д.); видеоматериалов, презентаций.

*Практические методы* обеспечивают самостоятельную деятельность учащихся:

- метод упражнения: упражнения, тренировка
- письменные работы: конспект; выписки, реферат; письменные ответы на вопрос;
- метод наблюдения: запись наблюдений, ведение дневника наблюдений; зарисовка, рисунки; запись звуков, голосов, сигналов; фото-, кино-, видеосъемка; проведение замеров.
- практические занятия: оказание первой медицинской помощи.
- проектные и проектно-конструкторские методы обучения: разработка проектов, программ; построение гипотез; моделирование ситуации; создание новых способов решения задачи; создание моделей, конструкций; создание творческих работ; проектирование (планирование) деятельности, конкретных дел.

Основной организационной формой обучения является урок. Основные принципы, методы и средства обучения конкретизируются и реализуются в ходе урока и через него.

Для решения воспитательных задач, используются методы воспитания:

- Традиционные – убеждение, упражнения, поощрения, пример
- Инновационно-деятельностные – модельно-целевой подход, алгоритмизация
- Неформально-личностные – пример личностно-значимых людей, пример авторитетных людей, пример друзей, близких
- Рефлексивные – индивидуальное переживание, самоанализ, осознание собственной ценности в реальной действительности
- Тренингово-игровые – деловые игры.
- 

### **Межпредметные связи**

Предмет ОБЖ в 5-9 классах реализует подготовку учащихся к безопасной жизнедеятельности в реальной окружающей среде – природной, техногенной и социальной. Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как физическая культура, экология, биология, история, обществознание и география.

### **Планируемые**

#### **результаты**

**Личностными результатами являются:**

- 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 происшествными.

### Регулятивные:

- планировать по собственному побуждению свою жизнь и деятельность, ориентируясь на изученные правила поведения в различных ситуациях;
- контролировать своё поведение, проявлять желание и способность предвидеть последствия своих действий и поступков;
- оценивать неординарные, чрезвычайные ситуации, определять ошибки в действиях их участников, намечать способы их устранения.

### Коммуникативные:

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

## **Предметные результаты**

### ***Учащиеся научатся:***

- объяснять смысл основных понятий (в рамках изученного материала);
- характеризовать государственную политику, связанную с предотвращением различных чрезвычайных ситуаций и борьбой с ними (в рамках изученного материала);
- раскрывать особенности семьи как социального института; характеризовать факторы благополучных взаимоотношений в семье;
- выявлять факторы, влияющие на здоровье и благополучие человека;
- раскрывать особенности организации безопасного туризма, отдыха, игр и занятий;
- классифицировать и характеризовать виды чрезвычайных ситуаций, особенности каждого вида;
- анализировать и оценивать ситуации, связанные с опасностями для здоровья и жизни человека в близком окружении и в масштабах региона;
- различать чрезвычайные ситуации разного вида (природные, биологические,

техногенные, социальные); приводить примеры разных видов чрезвычайных ситуаций;

- предвидеть возможные последствия своих действий и поведения;
- проявлять желание противостоять негативным влияниям окружающей социальной среды, коллектива сверстников, взрослых;
- организовывать режим, двигательную активность, закаливание и др.;
- проявлять разумную предосторожность в выборе мест для игр, пользовании бытовыми электроприборами;
- ориентироваться в дорожной обстановке, соблюдать правила дорожного движения;
- оказывать первую помощь в различных чрезвычайных ситуациях.

## Содержание курса

### 5 класс (16 ч.)

#### Введение (1 ч.)

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Символическое изображение правил безопасности жизнедеятельности. Что такое здоровый образ жизни. Природные и техногенные чрезвычайные ситуации.

#### Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя (12 ч.)

##### ***Организм человека и его безопасность. (6 ч.)***

Почему нужно знать свой организм. Особенности организма человека. Какие системы органов есть у человека. За что «отвечают» эти системы органов, их характеристика.

Укрепление нервной системы: что нервная система «любит» и чего «не любит».

Тренировка сердца. *Практическая деятельность: измерение пульса, проверка своей выносливости.*

Развитие дыхательной системы, дыхательные упражнения для утренней гимнастики. *Практическая деятельность: Способы тренировки дыхательной системы (выполнение дыхательных упражнений).*

Правильное (рациональное) питание: умеренность, сбалансированность, разнообразие, своевременность. Виды углеводов («медленные», «быстрые»), их влияние на организм и здоровье человека. Пирамида сбалансированного питания. Признаки отравления. Первая помощь при отравлении. Аллергия. *Практическая деятельность: определение степени загрязнения воды. Практическая деятельность: режим питания подростка.*

Здоровье органов чувств. Сохранение зрения. Слух, обоняние, вкус. Первая помощь при повреждении глаз. *Практическая деятельность: гимнастика для глаз.*

##### ***Психическое здоровье человека. (1ч.)***

Показатели психического здоровья и нездоровья. Умение сдерживать свои эмоции. Признаки стресса. Развитие волевых качеств. *Практическая деятельность: выполнение упражнений для снятия напряжения с разных групп мышц. Самооценка: развитие волевых качеств.*

##### ***Социальное здоровье человека. (1ч.)***

Что определяет социальное здоровье человека. Умеем ли мы общаться. Учение — социально важная деятельность. Фанаты и поклонники. Чем опасен фанатизм.

### ***Как вести здоровый образ жизни. (4 ч.)***

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. Как не заразиться глистами. Дизентерия — болезнь грязных рук.

Движение — это жизнь. Положительное влияние физкультуры на организм человека. Комплекс упражнений для поддержания двигательной активности. Программа повышения уровня своей физической подготовки. *Практическая деятельность: выполнение физических упражнений.*

Поговорим о закаливании. Закаливание как условие сохранения и укрепления здоровья. Значение закаливания для здоровья человека. Правила закаливания. *Практическая деятельность: индивидуальная программа закаливания.*

Компьютер и здоровье. Отрицательное влияние компьютера на здоровье человека: усталость, переутомление, перевозбуждение, ухудшение зрения, отрицательное эмоциональное состояние, «синдром круглой спины». Правила безопасного пользования компьютером. Упражнения, которые позволяют не допустить негативных последствий при работе с компьютером. Безопасность в Интернете. Что нужно знать об интернет-мошенничестве. *Практическая деятельность: правила безопасного пользования компьютером.*

Как уберечь себя от инфекционных заболеваний.

### **Мой безопасный дом (2 ч.)**

#### ***Наводим в доме чистоту. (1 ч.)***

Мыши, крысы, тараканы - животные не домашние. Распространение грызунами и тараканами опасных инфекционных заболеваний. Чистота — важное условие успешной борьбы с грызунами и тараканами. Соблюдение гигиенических правил при проведении хозяйственных работ (мытьё посуды, уборка помещений).

#### ***Дела домашние: техника безопасности. (1 ч.)***

Проявление осторожности и предусмотрительности при проведении хозяйственных работ (работа с клеем, молотком, пилой и пр.). Правила безопасного поведения при появлении запаха газа, при пожаре. Безопасное электричество и безопасный газ. Правила пользования электроприборами; условия для возникновения коротких замыканий и пожаров, получения ожогов и травм. Правила безопасного пользования газом. Первая помощь при ушибах, отравлении клеем, его парами, бытовым газом и электрическим током.

### ***Проектная деятельность (примерные темы работ)***

#### **5 класс**

- ■ Слух человека и животных. Сравнительная характеристика.
- ■ Как сохранить обоняние?
- ■ Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его?
- ■ Одиночество — путь к социальному нездоровью человека.
- ■ Наши предложения: как улучшить психическое здоровье человека.
- ■ Медиасреда, не навреди!

#### **6 класс (16 ч.)**

## **Школьная жизнь (8 ч.)**

### ***Правила дорожного движения (4 ч.)***

Виды современного транспорта. Какие виды транспорта существуют: наземный и подземный, воздушный, водный, космический. Наземный и подземный транспорт: рельсовый и безрельсовый. Выбор пути: безопасная дорога в школу. Поведение на улицах и дорогах. Знание адреса школы, названий ближайших остановок транспорта. *Практическая деятельность: выбор безопасного пути из дома в школу.*

Участники дорожного движения: пассажиры, пешеходы, водители. Соблюдение Правил дорожного движения — главное условие сохранения жизни и здоровья. Необходимость внимательного отношения к дорожной обстановке, оценка дорожной ситуации. *Практическая деятельность: оценивание дорожной обстановки.*

Знаки дорожного движения: предупреждающие, запрещающие, предписывающие и другие. «Дорожные ловушки». Правила передвижения на регулируемых и нерегулируемых перекрестках и улицах. Правила безопасного поведения пешехода и пассажира. *Практическая деятельность: правила дорожного движения Российской Федерации.*

Правила безопасного поведения в самолёте, поезде, на теплоходе.

### ***Правила поведения в школе (4 ч.)***

Общие правила поведения в школьных помещениях 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. Предупреждение конфликтов.

Признаки сотрясения мозга. Первая помощь при подозрении на сотрясение мозга, ушибах и кровотечениях. Заболевший ученик в школе. Помощь заболевшему сверстнику. *Практическая деятельность: обсуждение ситуаций, связанных с поведением в школе.*

Ориентирование в школьных помещениях. Меры по предупреждению пожаров. Правила эвакуации и безопасного поведения при пожаре. *Практическая деятельность: тренировка в проведении эвакуации из здания школы при возникновении пожара; действия при пожаре в школе.*

Первая помощь при отравлении угарным газом и при ожогах.

## **На игровой площадке (3 ч.)**

### ***Правила поведения на игровой площадке (3 ч.)***

Подготовка к прогулке: выбор обуви и одежды. Безопасное поведение на игровой площадке. Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием, при езде на велосипеде, роликовых коньках и пр. Зимние игры. Безопасность при катании на санках и ледянках. Предусмотрительность и осторожность во время игр. Особенности поведения на игровой площадке маленьких детей.

Оказание первой помощи при ушибах, вывихах и переломах. *Практическая деятельность: первая помощь при лёгких травмах и переломах.*

Животные на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой. Способность определить настроение и возможные действия животного по его позе и поведению. Предусмотрительность и осторожность. Первая помощь при укусе собаки. *Практическая деятельность: анализ настроения и намерений собаки.*

## **Безопасность в обществе (социуме) (5 ч.)**

### ***Какие конфликты возникают в социуме (2 ч.)***

Что такое общество (социум). Понятие о конфликте. Мошенничество. Шантаж и угрозы — социальные опасности. Буллинг. Ответственность за буллинг, насилие и травлю. Опасные молодёжные увлечения.

### ***Чрезвычайные ситуации социального характера (2 ч.)***

Виды чрезвычайных ситуаций социального характера. Понятие об экстремизме. Особо опасные чрезвычайные ситуации социального характера: вооружённые конфликты, террористические акты, массовые беспорядки.

### ***Роль государства и общества в обеспечении безопасности жизни и здоровья граждан Российской Федерации (1 ч.)***

Политическая, социальная и воспитательная функции государства. Роль государства и каждого гражданина в предупреждении социальных чрезвычайных ситуаций. *Проектная деятельность: «Роль государства и каждого гражданина в чрезвычайных ситуациях».*

### ***Проектная деятельность (примерные темы работ)***

- ■ Роль государства и каждого гражданина в чрезвычайных ситуациях.

## **7 класс (16 ч.)**

### **На природе 9 ч.**

#### ***Умеете ли вы ориентироваться? 1 ч.***

Что такое ориентир. Ориентирование по компасу, солнцу, часам, Полярной звезде и местным признакам. Измерение расстояния на местности. Если вы заблудились в лесу. Как подавать сигналы о помощи. *Практическая деятельность: определение ориентиров на плане местности; овладение навыками работы с компасом; определение сторон света по солнцу; определение сторон света по местным признакам; измерение расстояний на местности.*

#### ***Чрезвычайные ситуации природного характера. 2 ч.***

Виды и характеристика природных чрезвычайных ситуаций. Правила безопасного поведения в природных чрезвычайных ситуациях.

#### ***Природа полна неожиданностей! 6 ч.***

Опасности, которые могут встретиться в природе. Общие правила поведения в лесу и на водоёме. Правила поведения в экстремальных ситуациях (потеря ориентиров на незнакомой местности и др.).

Правила поведения при встрече с опасными животными (насекомые, змеи, другие дикие животные).

Первая помощь при укусе насекомых и змей. *Практическая деятельность: оказание первой помощи при укусах насекомых и змей.*

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



Оценка состояния льда в холодное время года. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные препятствия. Предусмотрительность и осторожность во время преодоления водных препятствий.

Первая помощь при судороге, солнечном ударе. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации. *Практическая деятельность: приёмы сердечно-лёгочной реанимации.*

### **Туристский поход: радость без неприятностей 4 ч.**

#### ***Перед походом... 2 ч.***

Правила организации безопасного туристского похода. Подбор снаряжения и продуктов питания. Одежда и обувь для похода. Правила укладки рюкзака. Спальный мешок.

Первая помощь при потёртости, мозоли. Походная аптечка.

#### ***В походе... 4 ч.***

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

Съедобные и ядовитые грибы. Первая помощь при отравлении грибами и получении ожогов.

### **Когда человек сам себе враг 2 ч.**

#### ***Алкоголь наносит удары по организму. 1 ч.***

Вред алкоголя для здоровья, умственной деятельности и поведения человека. Особая опасность приёма алкоголя в подростковом возрасте.

#### ***Курение убивает. 1 ч.***

Вред табакокурения для здоровья человека. Особая опасность курения в подростковом возрасте.

### ***Проектная деятельность (примерные темы работ)***

- ■ Какие вредные вещества содержатся в одной сигарете?

## **8 класс (34 ч.)**

### **Введение 1 ч.**

Немного истории. Забота о здоровье человека в древности и в наши дни. Окружающая среда и безопасность. Что такое опасность, виды опасностей. Какие знания и умения вы получите, изучая предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Связь предмета с другими науками, его цели и задачи.

### **Здоровый образ жизни. Что это? 7 ч.**

#### ***Зависит ли здоровье от образа жизни. 1 ч.***

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Физическое здоровье, условия его укрепления и сохранения. Психическое здоровье человека. Эмоциональное

благополучие и здоровье человека. Внешние признаки здорового человека: уверенная походка, правильная осанка, приятное выражение лица, активность.

#### ***Физическое здоровье человека. 1 ч.***

Факторы, определяющие физическое здоровье человека. Физическая культура и здоровье. Закаливание как один из способов тренировки организма. Правила гигиены. *Практическая деятельность: подготовка программы закаливания для человека, часто болеющего простудными заболеваниями.*

#### ***Правильное питание. 2 ч.***

Что такое правильное питание. Зависит ли здоровье от питания. Жиры, белки и углеводы. Экология питания. Продукты питания как экологический фактор. О чём может рассказать этикетка продукта. Как защититься от гриппа. Диета. *Практическая деятельность: анализ пищевой пирамиды; составление рациона питания с учётом соотношения белков, жиров и углеводов; анализ информации на этикетке какого-либо продукта.*

#### ***Психическое здоровье человека. 1 ч.***

Показатели психического здоровья и нездоровья. Планирование своей жизнедеятельности. Воздействие шума на организм человека. *Практическая деятельность: источники шума в современной городской квартире.* Правила общения с компьютером. Информационная безопасность.

#### ***Социальное здоровье человека. 1 ч.***

Понятие о социальном здоровье. Источники опасности для социального здоровья. Осознанное и добровольное принятие нравственных ценностей общества и их добровольное и добросовестное исполнение как критерий социального здоровья.

#### ***Репродуктивное здоровье подростков и его охрана. 1 ч.***

Что такое репродуктивное здоровье. Правила ухода за своим телом. Влияние семьи на здоровье подрастающего поколения, его психическое и эмоциональное благополучие. Социальные (общественные) институты и организации, участвующие в охране жизни и здоровья граждан.

### **Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни 13 ч.**

#### ***Как вести себя при пожаре. 4 ч.***

Причины и последствия пожара.

Правила пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре.

Первая помощь при ожогах.

Средства пожаротушения. Меры безопасности при пользовании пиротехникой.

*Практическая деятельность: устройство пожарного шкафа и применение пожарного крана; устройство и порядок применения воздушно-пенного и углекислотного огнетушителей.*

#### ***Чрезвычайные ситуации в быту. 4 ч.***

Безопасность при использовании бытового газа, предметов бытовой химии.

Первая помощь при отравлении угарным газом, ядохимикатами и уксусной кислотой.

Правила поведения при затоплении квартиры.

Правила пользования электроприборами. Первая помощь при электротравмах.

### ***Разумная предосторожность. 3 ч.***

Выбор безопасного места для отдыха. Внимательное отношение к объявлениям технических, экологических, санитарных служб.

Безопасное поведение на улицах населённого пункта. Опасное время суток.

Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении. Подручные средства, которые можно использовать для самообороны. *Практическая деятельность: психологическая подготовка к встрече с преступником; использование подручных предметов в качестве средств самообороны; как вести себя, если злоумышленник пытается проникнуть в квартиру*

### ***Опасные игры. 2 ч.***

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

Первая помощь при переломах. *Практическая деятельность: первая помощь при переломах.*

## **Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе 4 ч.**

### ***Лес — это серьёзно. 2 ч.***

Ядовитые растения. Первая помощь при отравлении ядовитыми растениями. Съедобные и не съедобные грибы. Правила приготовления грибов. Первая помощь при отравлении грибами.

Встреча в лесу с дикими животными. Если в лесу застала гроза.

### ***Водоём зимой и летом. 2ч.***

Опасные ситуации на воде. Правила поведения на водоёмах.

Как помочь тонущему человеку. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации. *Практическая деятельность: практическая отработка приёмов проведения сердечно-лёгочной реанимации.* Первая помощь при обморожении.

## **Современный транспорт и безопасность 8 ч.**

### ***Транспорт в современном мире. 1 ч.***

Роль транспорта в мире. Виды транспорта. Экологически безопасный автомобильный транспорт. Альтернативный транспорт.

### ***Чрезвычайные ситуации на дорогах. 3 ч.***

Дорожно-транспортные происшествия. Причины и последствия. Нарушение Правил дорожного движения 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. Первая помощь при кровотечении.

### ***Опасные ситуации в метро. 1 ч.***

Правила поведения на станции метро, эскалаторе, в вагоне поезда.

### ***Авиакатастрофы. 1 ч.***

Поведение в салоне авиалайнера. Пожар на борту лайнера или другие чрезвычайные ситуации: правила безопасного поведения. *Практическая деятельность: аварийная посадка самолёта.*

### ***Железнодорожные катастрофы. 1 ч.***

Правила поведения при железнодорожной катастрофе. Опасные игры на железнодорожном транспорте и отношение к ним.

### ***Террористические акты на транспорте. 1 ч.***

Понятие о террористическом акте. Уголовная ответственность за террористическую деятельность.

### ***Проектная деятельность (примерные темы работ)***

#### **8 класс**

■ ■ Программа закаливания для подростка с учётом его индивидуальных особенностей и условий проживания.

■ ■ Одиночество — путь к социальному нездоровью.

■ ■ Общение — важная человеческая потребность.

■ ■ Как обеспечить высокий уровень социального здоровья общества?

■ ■ Опасные игры.

■ ■ Отдых на природе: опасности, которые могут подстергать.

■ ■ История великих кораблекрушений.

■ ■ Правила безопасного поведения при чрезвычайной ситуации на корабле.

#### **9 класс (34 ч.)**

### **Безопасный туризм 11 ч.**

#### ***Обеспечение безопасности в туристских походах. 9 ч.***

Виды туризма.

Объективные и субъективные трудности туристского похода.

Групповое снаряжение туристской группы. *Практическая деятельность: распределение снаряжения между участниками туристского похода.*

Виды опасностей в походе.

Движение по маршруту, график движения. *Практическая деятельность: график движения по туристскому маршруту.*

Правила безопасного преодоления естественных препятствий.

Обеспечение безопасности при переправах через водные препятствия.

Правила разведения костра.

Правила поведения туриста, оставшего от группы. Сигналы бедствия. *Практическая деятельность: организация поиска потерявшегося туриста и его действия в такой ситуации.*

Туризм и экология окружающей среды.

#### ***Обеспечение безопасности в водном туристском походе. 2 ч.***

Снаряжение для водного туризма. Подготовка к водному туристскому походу. Правила безопасного поведения на воде.

Узлы в туристском походе. *Практическая деятельность: вязание узлов и их применение.*

### **Когда человек сам себе враг 4 ч.**

#### ***Курение убивает! 1 ч.***

Причины приобщения подростка к курению. Негативное влияние курения на организм подростка. Состояние здоровья подростка-курильщика. *Практическая деятельность: навыки работы с документами: Федеральный закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».*

***Алкоголь разрушает личность. 1 ч.***

Воздействие алкоголя на организм человека. Отравление алкоголем. Первая помощь при алкогольном отравлении.

***Скажем наркотикам «Нет!». 1 ч.***

Наркотики — яд. Влияние наркотиков на организм человека. Распад личности человека под влиянием наркотиков.

***Токсикомания — страшная зависимость. 1 ч.***

Понятие о токсикомании. Влияние токсичных веществ на организм человека. Признаки токсикомании.

**Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера 14 ч.**

***Чрезвычайные ситуации и их классификация. 3 ч.***

Что такое чрезвычайная ситуация: основные понятия.

Классификация чрезвычайных ситуаций, их характеристика и особенности.

Система оповещения в чрезвычайных ситуациях, общие правила эвакуации.

***Природные чрезвычайные ситуации. 8 ч.***

Характеристика наиболее распространённых и опасных чрезвычайных ситуаций природного характера.

Землетрясения, наводнения, природные пожары, извержения вулканов, цунами, сели, оползни и др.

Предвестники природных чрезвычайных ситуаций.

Безопасное поведение во время природных чрезвычайных ситуаций. *Практическая деятельность: оказание первой помощи при небольших ранах, ссадинах, переломах, ушибах*

***Техногенные чрезвычайные ситуации. 3ч.***

Причины и виды таких ситуаций.

Безопасное поведение в техногенных чрезвычайных ситуациях.

**Чрезвычайные ситуации социального характера.  
Национальная безопасность Российской Федерации 5 ч.**

***Экстремизм и терроризм. 2 ч.***

Что такое экстремизм? Крайние проявления экстремизма. Проявления терроризма. Как снизить угрозу теракта. *Практическая деятельность: навыки работы с документами: Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности».*

Как вести себя в плену у террористов. Взрывы в жилых домах.

***Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму. 2 ч.***

Государственные мероприятия по борьбе с экстремизмом и терроризмом. Личная безопасность при похищении (попытке похищения) или захвате в заложники, при

обнаружении подозрительного предмета. *Практическая деятельность: навыки работы с документами: Федеральный закон «О противодействии терроризму».*

Поведение во время взрыва в местах скопления людей, в жилом доме.

### ***Национальная безопасность России. 1 ч.***

Понятие о национальной безопасности. Условия обеспечения национальной безопасности Российской Федерации.

### ***Проектная деятельность (примерные темы работ)***

#### **9 класс**

- ■ Как укрыться от непогоды.
- ■ Отношение к пьянству в России в разные времена.
- ■ Мифы о пьянстве на Руси.
- ■ Отражение темы пьянства в карикатуре.
- ■ Наркотикам — нет!
- ■ Как смягчить последствия природных чрезвычайных ситуаций?
- ■ Техногенная катастрофа.
- ■ История ВЧК — ФСБ.
- ■ Военная служба — особый вид федеральной государственной службы.

## **Тематическое планирование**

### **5 класс**

№ пп	Наименование разделов	Всего часов	В том числе		
			уроки	контрольные работы, тесты	практикум
1	Введение	1	1		
2	Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя	12	13		4
3	Мой безопасный дом	2	2		
	Контрольная работа за 5 класс	1		1	
	<b>ИТОГО</b>	<b>16</b>	<b>16</b>	<b>1</b>	<b>4</b>

### **6 класс**

№ пп	Наименование разделов	Всего часов	В том числе		
			уроки	контрольные работы, тесты	практикум
1	Школьная жизнь	8	8		3
2	На игровой площадке	3	3		2

<b>3</b>	Безопасность в обществе	4	4		1
	Контрольная работа за 6 класс	1		1	
	ИТОГО	16	16	1	6

### 7 класс

№ пп	Наименование разделов	Всего часов	В том числе		
			уроки	контрольные работы, тесты	практикум
<b>1</b>	На природе	9	9		3
<b>2</b>	Туристский поход	4	4		1
<b>3</b>	Когда человек сам себе враг	2	2		
	Контрольная работа за 7 класс	1		1	
	ИТОГО	16	16	1	4

### 8 класс

№ пп	Наименование разделов	Всего часов	В том числе		
			уроки	контрольные работы, тесты	практикум
<b>1</b>	Введение	1	1		
<b>2</b>	Здоровый образ жизни. Что это?	7	7		3
<b>3</b>	Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни	13	13		3
<b>4</b>	Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе	4	4		1
<b>5</b>	Современный транспорт и безопасность	8	8		1
	Контрольная работа за 8 класс	1		1	
	ИТОГО	34	34	3	8

### 9 класс

№	Наименование разделов	Всего	В том числе		
---	-----------------------	-------	-------------	--	--

пп		часов	уроки	контрольные работы, тесты	практикум
1	Безопасный туризм	11	11		4
2	Когда человек сам себе враг	4	4		1
3	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	14	14		1
4	Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации	5	5		2
	Контрольная работа за 9 класс	1		1	
	ИТОГО	34	34	3	8



## Календарно-тематическое планирование

### 5 класс

№	Дата проведения	Тема урока	Контроль
1.		Введение. Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Символическое изображение правил безопасности жизнедеятельности. Что такое здоровый образ жизни. Природные и техногенные чрезвычайные ситуации.	
<b>Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя (12 ч.)</b>			
<b><i>Организм человека и его безопасность. (6 ч.)</i></b>			
2.		Почему нужно знать свой организм. Особенности организма человека. Какие системы органов есть у человека. За что «отвечают» эти системы органов, их характеристика.	
3.		Укрепление нервной системы: что нервная система «любит» и чего «не любит».	
4.		Тренировка сердца. <i>Практическая деятельность: измерение пульса, проверка своей выносливости.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
5.		Развитие дыхательной системы, дыхательные упражнения для утренней гимнастики. <i>Практическая деятельность: Способы тренировки дыхательной системы (выполнение дыхательных упражнений).</i>	<i>Практическая деятельность</i>
6.		Правильное (рациональное) питание: умеренность, сбалансированность, разнообразие, своевременность. Виды углеводов («медленные», «быстрые»), их влияние на организм и здоровье человека. Пирамида сбалансированного питания. Признаки отравления. Первая помощь при отравлении. Аллергия. <i>Практическая деятельность: определение степени загрязнения воды. Практическая деятельность: режим питания подростка.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
7.		Здоровье органов чувств. Сохранение зрения. Слух, обоняние, вкус. Первая помощь при повреждении глаз. <i>Практическая деятельность: гимнастика для глаз.</i>	
<b><i>Психическое здоровье человека. (1ч.)</i></b>			
8.		Показатели психического здоровья и нездоровья. Умение сдерживать свои эмоции. Признаки стресса. Развитие волевых качеств. <i>Практическая деятельность: выполнение</i>	<i>Практическая деятельность</i>

		упражнений для снятия напряжения с разных групп мышц. Самооценка: развитие волевых качеств.	
<b>Социальное здоровье человека. (1ч.)</b>			
9.		Что определяет социальное здоровье человека. Умеем ли мы общаться. Учение — социально важная деятельность. Фанаты и поклонники. Чем опасен фанатизм.	
<b>Как вести здоровый образ жизни. (4 ч.)</b>			
10.		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. Как не заразиться глистами. Дизентерия — болезнь грязных рук. Как уберечь себя от инфекционных заболеваний.	
11.		Движение — это жизнь. Положительное влияние физкультуры на организм человека. Комплекс упражнений для поддержания двигательной активности. Программа повышения уровня своей физической подготовки. <i>Практическая деятельность: выполнение физических упражнений.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
12.		Поговорим о закаливании. Закаливание как условие сохранения и укрепления здоровья. Значение закаливания для здоровья человека. Правила закаливания. <i>Практическая деятельность: индивидуальная программа закаливания.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
13.		Компьютер и здоровье. Отрицательное влияние компьютера на здоровье человека: усталость, переутомление, перевозбуждение, ухудшение зрения, отрицательное эмоциональное состояние, «синдром круглой спины». Правила безопасного пользования компьютером. Упражнения, которые позволяют не допустить негативных последствий при работе с компьютером. Безопасность в Интернете. Что нужно знать об интернет-мошенничестве. <i>Практическая деятельность: правила безопасного пользования компьютером.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
<b>Мой безопасный дом (2 ч.)</b>			
<b>Наводим в доме чистоту. (1 ч.)</b>			
14.		Мыши, крысы, тараканы - животные не домашние. Распространение грызунами и тараканами опасных инфекционных заболеваний.	

		Чистота — важное условие успешной борьбы с грызунами и тараканами. Соблюдение гигиенических правил при проведении хозяйственных работ (мытьё посуды, уборка помещений).	
<i>Дела домашние: техника безопасности. (1 ч.)</i>			
15.		Проявление осторожности и предусмотрительности при проведении хозяйственных работ (работа с клеем, молотком, пилой и пр.). Правила безопасного поведения при появлении запаха газа, при пожаре. Безопасное электричество и безопасный газ. Правила пользования электроприборами; условия для возникновения коротких замыканий и пожаров, получения ожогов и травм. Правила безопасного пользования газом. Первая помощь при ушибах, отравлении клеем, его парами, бытовым газом и электрическим током.	
16.		Контрольная работа за 5 класс	Тест

6 класс

№	Дата проведения	Тема урока	Контроль
<b>Школьная жизнь (8 ч.)</b>			
<b><i>Правила дорожного движения (4 ч.)</i></b>			
1.		Виды современного транспорта. Какие виды транспорта существуют: наземный и подземный, воздушный, водный, космический. Наземный и подземный транспорт: рельсовый и безрельсовый. Выбор пути: безопасная дорога в школу. Поведение на улицах и дорогах. Знание адреса школы, названий ближайших остановок транспорта. <i>Практическая деятельность: выбор безопасного пути из дома в школу.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
2.		Участники дорожного движения: пассажиры, пешеходы, водители. Соблюдение Правил дорожного движения — главное условие сохранения жизни и здоровья. Необходимость внимательного отношения к дорожной обстановке, оценка дорожной ситуации. <i>Практическая деятельность: оценивание дорожной обстановки.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
3.		Знаки дорожного движения: предупреждающие, запрещающие, предписывающие и другие. «Дорожные ловушки». Правила передвижения на регулируемых и нерегулируемых перекрёстках и улицах. Правила безопасного поведения пешехода и пассажира. <i>Практическая деятельность: правила дорожного движения Российской Федерации.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
4.		Правила безопасного поведения в самолёте, поезде, на теплоходе.	
<b><i>Правила поведения в школе (4 ч.)</i></b>			
5.		Общие правила поведения в школьных помещениях 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. Предупреждение конфликтов.	
6.		Признаки сотрясения мозга. Первая помощь при подозрении на сотрясение мозга, ушибах и кровотечениях. Заболевший ученик в школе. Помощь заболевшему сверстнику. <i>Практическая деятельность: обсуждение ситуаций, связанных с поведением в школе.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
7.		Ориентирование в школьных помещениях. Меры по предупреждению пожаров. Правила эвакуации и безопасного поведения при пожаре. <i>Практическая деятельность: тренировка в проведении эвакуации из здания школы при возникновении пожара; действия при пожаре в</i>	<i>Практическая деятельность</i>

		<i>школе.</i>	
8.		Первая помощь при отравлении угарным газом и при ожогах.	
<b>На игровой площадке (3 ч.)</b>			
<b><i>Правила поведения на игровой площадке (3 ч.)</i></b>			
9.		Подготовка к прогулке: выбор обуви и одежды. Безопасное поведение на игровой площадке. Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием, при езде на велосипеде, роликовых коньках и пр. Зимние игры. Безопасность при катании на санках и ледянках. Предусмотрительность и осторожность во время игр. Особенности поведения на игровой площадке маленьких детей.	
10.		Оказание первой помощи при ушибах, вывихах и переломах. <i>Практическая деятельность: первая помощь при лёгких травмах и переломах.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
11.		Животные на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой. Способность определить настроение и возможные действия животного по его позе и поведению. Предусмотрительность и осторожность. Первая помощь при укусе собаки. <i>Практическая деятельность: анализ настроения и намерений собаки.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
<b>Безопасность в обществе (социуме) (4 ч.)</b>			
<b><i>Какие конфликты возникают в социуме (1 ч.)</i></b>			
12.		Что такое общество (социум). Понятие о конфликте. Мошенничество. Шантаж и угрозы — социальные опасности. Буллинг. Ответственность за буллинг, насилие и травлю. Опасные молодёжные увлечения.	
<b><i>Чрезвычайные ситуации социального характера (2 ч.)</i></b>			
13.		Виды чрезвычайных ситуаций социального характера. Понятие об экстремизме.	
14.		Особо опасные чрезвычайные ситуации социального характера: вооружённые конфликты, террористические акты, массовые беспорядки.	
<b><i>Роль государства и общества в обеспечении безопасности жизни и здоровья граждан Российской Федерации (1 ч.)</i></b>			
15.		Политическая, социальная и воспитательная функции государства. Роль государства и каждого гражданина в предупреждении социальных чрезвычайных ситуаций. <i>Проектная деятельность: «Роль государства и каждого гражданина в чрезвычайных ситуациях».</i>	<i>Проектная деятельность</i>
16.		Контрольная работа за 6 класс	Тест

7 класс

№	Дата проведения	Тема урока	Контроль
<b>На природе 9 ч.</b>			
<b>Умеете ли вы ориентироваться? 1 ч.</b>			
1.		Что такое ориентир. Ориентирование по компасу, солнцу, часам, Полярной звезде и местным признакам. Измерение расстояния на местности. Если вы заблудились в лесу. Как подавать сигналы о помощи. <i>Практическая деятельность: определение ориентиров на плане местности; овладение навыками работы с компасом; определение сторон света по солнцу; определение сторон света по местным признакам; измерение расстояний на местности.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
<b>Чрезвычайные ситуации природного характера. 2 ч.</b>			
2.		Виды и характеристика природных чрезвычайных ситуаций.	
3.		Правила безопасного поведения в природных чрезвычайных ситуациях.	
<b>Природа полна неожиданностей! 6 ч.</b>			
4.		Опасности, которые могут встретиться в природе. Общие правила поведения в лесу и на водоёме. Правила поведения в экстремальных ситуациях (потеря ориентиров на незнакомой местности и др.).	
5.		Правила поведения при встрече с опасными животными (насекомые, змеи, другие дикие животные).	
6.		Первая помощь при укусе насекомых и змей. <i>Практическая деятельность: оказание первой помощи при укусах насекомых и змей.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
7.		Опасности, которые таит вода. Выбор места для купания и его оценка. Правила безопасного поведения на воде при купании и катании на лодке.	
8.		Оценка состояния льда в холодное время года. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные препятствия. Предусмотрительность и осторожность во время преодоления водных препятствий.	
9.		Первая помощь при судороге, солнечном ударе. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации. <i>Практическая деятельность: приёмы сердечно-лёгочной реанимации.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
<b>Туристский поход: радость без неприятностей 4 ч.</b>			
<b>Перед походом... 2 ч.</b>			
10.		Правила организации безопасного туристского похода. Подбор снаряжения и	

		продуктов питания. Одежда и обувь для похода. Правила укладки рюкзака. Спальный мешок.	
11.		Первая помощь при потёртости, мозоли. Походная аптечка.	
<b><i>В походе... 2 ч.</i></b>			
12.		Режим дня в многодневном походе. Правила организации режима дня туриста: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий и игр. <i>Практическая деятельность: режим дня в многодневном туристском походе.</i> Походная еда, правила её приготовления.	<i>Практическая деятельность</i>
13.		Съедобные и ядовитые грибы. Первая помощь при отравлении грибами и получении ожогов.	
<b>Когда человек сам себе враг 2 ч.</b>			
<b><i>Алкоголь наносит удары по организму. 1 ч.</i></b>			
14.		Вред алкоголя для здоровья, умственной деятельности и поведения человека. Особая опасность приёма алкоголя в подростковом возрасте.	
<b><i>Курение убивает. 1 ч.</i></b>			
15.		Вред табакокурения для здоровья человека. Особая опасность курения в подростковом возрасте.	
16.		Контрольная работа за 7 класс	Тест

8 класс

№	Дата проведения	Тема урока	Контроль
<b>Введение 1 ч.</b>			
1.		Немного истории. Забота о здоровье человека в древности и в наши дни. Окружающая среда и безопасность. Что такое опасность, виды опасностей. Какие знания и умения вы получите, изучая предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Связь предмета с другими науками, его цели и задачи.	
<b>Здоровый образ жизни. Что это? 7 ч.</b>			
<b>Зависит ли здоровье от образа жизни. 1 ч.</b>			
2.		Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Физическое здоровье, условия его укрепления и сохранения. Психическое здоровье человека. Эмоциональное благополучие и здоровье человека. Внешние признаки здорового человека: уверенная походка, правильная осанка, приятное выражение лица, активность.	
<b>Физическое здоровье человека. 1 ч.</b>			
3.		Факторы, определяющие физическое здоровье человека. Физическая культура и здоровье. Закаливание как один из способов тренировки организма. Правила гигиены. <i>Практическая деятельность: подготовка программы закаливания для человека, часто болеющего простудными заболеваниями.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
<b>Правильное питание. 2 ч.</b>			
4.		Что такое правильное питание. Зависит ли здоровье от питания. Жиры, белки и углеводы. Экология питания. Продукты питания как экологический фактор. Как защититься от гриппа.	
5.		О чём может рассказать этикетка продукта. Диета. <i>Практическая деятельность: анализ пищевой пирамиды; составление рациона питания с учётом соотношения белков, жиров и углеводов; анализ информации на этикетке какого-либо продукта.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
<b>Психическое здоровье человека. 1 ч.</b>			
6.		Показатели психического здоровья и нездоровья. Планирование своей жизнедеятельности. Воздействие шума на организм человека. <i>Практическая деятельность: источники шума в современной городской квартире. Правила общения с компьютером. Информационная безопасность.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
<b>Социальное здоровье человека. 1 ч.</b>			
7.		Понятие о социальном здоровье. Источники	



		опасности для социального здоровья. Осознанное и добровольное принятие нравственных ценностей общества и их добровольное и добросовестное исполнение как критерий социального здоровья.	
<b>Репродуктивное здоровье подростков и его охрана. 1 ч.</b>			
8.		Что такое репродуктивное здоровье. Правила ухода за своим телом. Влияние семьи на здоровье подрастающего поколения, его психическое и эмоциональное благополучие. Социальные (общественные) институты и организации, участвующие в охране жизни и здоровья граждан.	
<b>Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни 13 ч.</b>			
9.		<b>Как вести себя при пожаре. 4 ч.</b>	
10.		Причины и последствия пожара.	
11.		Правила пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре.	
12.		Первая помощь при ожогах.	
13.		Средства пожаротушения. Меры безопасности при пользовании пиротехникой. <i>Практическая деятельность: устройство пожарного шкафа и применение пожарного крана; устройство и порядок применения воздушно-пенного и углекислотного огнетушителей.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
<b>Чрезвычайные ситуации в быту. 4 ч.</b>			
14.		Безопасность при использовании бытового газа, предметов бытовой химии.	
15.		Первая помощь при отравлении угарным газом, ядохимикатами и уксусной кислотой.	
16.		Правила поведения при затоплении квартиры.	
17.		Правила пользования электроприборами. Первая помощь при электротравмах.	
<b>Разумная предосторожность. 3 ч.</b>			
18.		Выбор безопасного места для отдыха. Внимательное отношение к объявлениям технических, экологических, санитарных служб.	
19.		Безопасное поведение на улицах населённого пункта. Опасное время суток. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении. подручные средства, которые можно использовать для самообороны. <i>Практическая деятельность: психологическая подготовка к встрече с преступником; использование подручных предметов в качестве средств самообороны; как вести себя, если злоумышленник пытается проникнуть в квартиру</i>	<i>Практическая деятельность</i>
<b>Опасные игры. 2 ч.</b>			
20.		Неразорвавшиеся боеприпасы. Экстремальные виды спорта и развлечений. Способность предвидеть последствия своего	

		поведения, умение справиться с эмоциями при выборе занятий и развлечений.	
21.		Первая помощь при переломах. <i>Практическая деятельность: первая помощь при переломах.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
<b>Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе 4 ч.</b>			
<b><i>Лес — это серьёзно. 2 ч.</i></b>			
22.		Ядовитые растения. Первая помощь при отравлении ядовитыми растениями. Съедобные и не съедобные грибы. Правила приготовления грибов. Первая помощь при отравлении грибами.	
23.		Встреча в лесу с дикими животными. Если в лесу застала гроза.	
<b><i>Водоём зимой и летом. 2ч.</i></b>			
24.		Опасные ситуации на воде. Правила поведения на водоёмах.	
25.		Как помочь тонущему человеку. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации. <i>Практическая деятельность: практическая отработка приёмов проведения сердечно-лёгочной реанимации.</i> Первая помощь при обморожении.	<i>Практическая деятельность</i>
<b>Современный транспорт и безопасность 8 ч.</b>			
<b><i>Транспорт в современном мире. 1 ч.</i></b>			
26.		Роль транспорта в мире. Виды транспорта. Экологически безопасный автомобильный транспорт. Альтернативный транспорт.	
<b><i>Чрезвычайные ситуации на дорогах. 3 ч.</i></b>			
27.		Дорожно-транспортные происшествия. Причины и последствия. Нарушение Правил дорожного движения как главная причина дорожных происшествий.	
28.		Опасные игры на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Знаки дорожного движения для велосипедистов.	
29.		Поведение в дорожно-транспортных происшествиях. Первая помощь при кровотечении.	
<b><i>Опасные ситуации в метро. 1 ч.</i></b>			
30.		Правила поведения на станции метро, эскалаторе, в вагоне поезда.	
<b><i>Авиакатастрофы. 1 ч.</i></b>			
31.		Поведение в салоне авиалайнера. Пожар на борту лайнера или другие чрезвычайные ситуации: правила безопасного поведения. <i>Практическая деятельность: аварийная посадка самолёта.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
<b><i>Железнодорожные катастрофы. 1 ч.</i></b>			
32.		Правила поведения при железнодорожной катастрофе. Опасные игры на железнодорожном	

		транспорте и отношении к ним.	
<b><i>Террористические акты на транспорте. 1 ч.</i></b>			
33.		Понятие о террористическом акте. Уголовная ответственность за террористическую деятельность.	
34.		Контрольная работа за 8 класс	Тест

9 класс

№	Дата проведения	Тема урока	Контроль
<b>Безопасный туризм 11 ч.</b>			
<b><i>Обеспечение безопасности в туристских походах 9 ч.</i></b>			
1.		Виды туризма. Объективные и субъективные трудности туристского похода.	
2.		Групповое снаряжение туристской группы. <i>Практическая деятельность: распределение снаряжения между участниками туристского похода.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
3.		Виды опасностей в походе.	
4.		Движение по маршруту, график движения. <i>Практическая деятельность: график движения по туристскому маршруту.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
5.		Правила безопасного преодоления естественных препятствий.	
6.		Обеспечение безопасности при переправах через водные препятствия.	
7.		Правила разведения костра.	
8.		Правила поведения туриста, отставшего от группы. Сигналы бедствия. <i>Практическая деятельность: организация поиска потерявшегося туриста и его действия в такой ситуации.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
9.		Туризм и экология окружающей среды.	
<b><i>Обеспечение безопасности в водном туристском походе. 2 ч</i></b>			
10.		Снаряжение для водного туризма. Подготовка к водному туристскому походу. Правила безопасного поведения на воде.	
11.		Узлы в туристском походе. <i>Практическая деятельность: вязание узлов и их применение.</i>	<i>Практическая деятельность</i>
<b>Когда человек сам себе враг 4 ч.</b>			
<b><i>Курение убивает! 1 ч.</i></b>			
12.		Причины приобщения подростка к курению. Негативное влияние курения на организм подростка. Состояние здоровья подростка-курильщика. <i>Практическая деятельность: навыки работы с документами: Федеральный закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».</i>	<i>Практическая деятельность</i>
<b><i>Алкоголь разрушает личность 1 ч.</i></b>			
13.		Воздействие алкоголя на организм человека. Отравление алкоголем. Первая помощь при алкогольном отравлении.	
<b><i>Скажем наркотикам «Нет!» 1 ч.</i></b>			
14.		Наркотики — яд. Влияние наркотиков на организм человека. Распад личности человека под	

		влиянием наркотиков.	
<b><i>Токсикомания — страшная зависимость 1 ч.</i></b>			
15.		Понятие о токсикомании. Влияние токсичных веществ на организм человека. Признаки токсикомании.	
<b>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера 14 ч.</b>			
<b><i>Чрезвычайные ситуации и их классификация. 3 ч.</i></b>			
16.		Что такое чрезвычайная ситуация: основные понятия.	
17.		Классификация чрезвычайных ситуаций, их характеристика и особенности.	
18.		Система оповещения в чрезвычайных ситуациях, общие правила эвакуации.	
<b><i>Природные чрезвычайные ситуации. 8 ч.</i></b>			
19.		Характеристика наиболее распространённых и опасных чрезвычайных ситуаций природного характера. Землетрясения.	
20.		Характеристика наиболее распространённых и опасных чрезвычайных ситуаций природного характера. Извержения вулканов	
21.		Характеристика наиболее распространённых и опасных чрезвычайных ситуаций природного характера. Наводнения, цунами.	
22.		Характеристика наиболее распространённых и опасных чрезвычайных ситуаций природного характера. Природные пожары	
23.		Характеристика наиболее распространённых и опасных чрезвычайных ситуаций природного характера. Сели, оползни и др.	
24.		Предвестники природных чрезвычайных ситуаций.	
25.		Безопасное поведение во время природных чрезвычайных ситуаций.	
26.		<i>Практическая деятельность: оказание первой помощи при небольших ранах, ссадинах, переломах, ушибах</i>	<i>Практическая деятельность</i>
<b><i>Техногенные чрезвычайные ситуации. 3ч.</i></b>			
27.		Техногенные чрезвычайные ситуации. Причины и виды таких ситуаций.	
28.		Безопасное поведение в техногенных чрезвычайных ситуациях.	
<b>Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации 5 ч.</b>			
<b><i>Экстремизм и терроризм. 2 ч.</i></b>			
29.		Что такое экстремизм? Крайние проявления экстремизма. Проявления терроризма. Как снизить угрозу теракта. <i>Практическая деятельность:</i>	<i>Практическая деятельность</i>

		<i>навыки работы с документами: Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности».</i>	
30.		Как вести себя в плену у террористов. Взрывы в жилых домах.	
<b><i>Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму. 2 ч.</i></b>			
31.		Государственные мероприятия по борьбе с экстремизмом и терроризмом. Личная безопасность при похищении (попытке похищения) или захвате в заложники, при обнаружении подозрительного предмета. <i>Практическая деятельность: навыки работы с документами: Федеральный закон «О противодействии терроризму».</i>	<i>Практическая деятельность</i>
32.		Поведение во время взрыва в местах скопления людей, в жилом доме	
<b><i>Национальная безопасность России. 1 ч.</i></b>			
33.		Понятие о национальной безопасности. Условия обеспечения национальной безопасности Российской Федерации.	
34.		Контрольная работа за 9 класс	Тест

**Учебно-методическое и материально техническое обеспечение курса.  
Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

Эффективность преподавания курса ОБЖ зависит от наличия соответствующего материально-технического оснащения. Это объясняется особенностями курса, в первую очередь его многопрофильностью и практической направленностью.

Преподаватель ОБЖ должен участвовать в постоянном дистанционном взаимодействии образовательного учреждения с другими организациями социальной сферы, в первую очередь с учреждениями обеспечения безопасности жизнедеятельности.

Преподавателю ОБЖ должна быть обеспечена информационная поддержка на основе современных информационных технологий в области библиотечных услуг (создание и ведение электронных каталогов и полнотекстовых баз данных, поиск документов по любому критерию, доступ к электронным учебным материалам и образовательным ресурсам Интернета).

Интерактивный электронный контент преподавателя ОБЖ должен включать содержание предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности», представленное текстовыми, аудио – и видеофайлами, графикой (картинки, фото, чертежи, элементы интерфейса).

Кабинет ОБЖ предназначен для проведения занятий с учащимися по курсу, самостоятельной подготовки школьников, а также проведение кружковой (факультативной) работы во внеурочное время. Он должен включать класс, в котором проводятся занятия по курсу и дисциплине, а также лабораторную комнату.

В классе размещаются средства оснащения, необходимые для доведения до учащихся общей информации по разделам и темам курса и дисциплины, научно-практическим достижениям в области безопасности жизнедеятельности, а также средства, используемые в процессе проведения текущих занятий.

## Средства оснащения ОБЖ

№ п/п	Наименование	Единица измерения	Количество
1	2	3	4
<b>1. Нормативно-правовые документы.</b>			
1	Конституция РФ	шт.	По кол-ву учащихся
2	Закон «Об образовании»	шт.	По кол-ву учащихся
3	Концепция противодействия терроризму в РФ.	шт	По кол-ву учащихся
4	Постановление Правительства РФ от 30.12.2007 г. № 804 «О единой государственной предупреждения и ликвидации ЧС»	шт.	По кол-ву учащихся
5	Стратегия национальной безопасности	шт.	По кол-ву учащихся
6	Федеральный закон «О безопасности».	шт.	По кол-ву учащихся
7	Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»	шт.	По кол-ву учащихся
8	ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС техногенного и природного характера»	шт.	По кол-ву учащихся
9	Федеральный закон «О гражданской обороне»	шт.	По кол-ву учащихся
10	Федеральный закон «О пожарной безопасности»	шт.	По кол-ву учащихся
11	Федеральный закон «О противодействии терроризму»	шт.	По кол-ву учащихся
12	ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности»	шт.	По кол-ву учащихся
13	ФЗ «О аварийно-спасательных службах и статусе спасателей»	шт.	По кол-ву учащихся
14	Правила дорожного движения РФ	шт.	По кол-ву учащихся
<b>2. Учебная литература.</b>			
15	Учебники по основам безопасности жизнедеятельности для 5-9 классов	шт.	По кол-ву учащихся
<b>3. Учебные и учебно-наглядные пособия.</b>			
16	Набор плакатов или или электронные издания:		
17	Средства индивидуальной защиты:		
	- Общевойсковой противогаз	шт.	По кол-ву учащихся
	- Общевойсковой защитный комплект	шт.	1
	- Респиратор	шт.	1
18	Приборы:		
	Бытовой дозиметр	шт.	1
19	Макет простейшего укрытия в разрезе или в формате ЭОИ	шт.	1
20	Макет убежища в разрезе или в формате ЭОИ	шт.	1
21	Компас	шт.	По кол-ву

			учащихся
22	Визирная линейка	шт.	По кол-ву учащихся
23	ЭОИ на магнитных и оптических носителях по тематике программы	компл.	1
24	Комплект аппаратуры для демонстрации ЭОИ	шт.	1
<b>4. Медицинское имущество.</b>			
25	Индивидуальные средства медицинской защиты;		
	- Аптечка АИ	шт.	1
	- Пакеты перевязочные ППИ	шт.	1
	- Пакеты противохимические индивидуальные ИПП-11	шт.	1
26	Сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой и доврачебной помощи:		
	- сумка СМС	шт.	1
27	Перевязочные средства и шовные материалы, лейкопластыри:		
	- бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 7м x 14см	шт.	3
	- бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 5м x 10см	шт.	3
	- вата медицинская компрессная	кг.	0,1
	- косынка медицинская (перевязочная)	шт.	3
	- повязка медицинская большая стерильная	шт.	3
	- повязка медицинская малая стерильная	шт.	3
28	Медицинские предметы расходные:		
	- булавка безопасная	шт.	3
	- шина проволочная (лестничная) для ног	шт.	1
	- шина проволочная (лестничная) для рук	шт.	1
	- шина фанерная длиной 1 м.	шт.	1
29	Врачебные предметы, аппараты и хирургические инструменты:		
	- знак нарукавного Красного Креста	шт.	2
	- лямка медицинская носилочная	шт.	1
	- флаг Красного Креста	шт.	1