

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СЛАВНЫЙ»

«Рассмотрено»

Руководитель МО

*С.С. Сомочкина* / *Сомочкина О.А.*

Протокол № 1

от «29» 08 2022 г.

«Согласовано»

Зам. директора по УВР

*С.С. Рослякова*

*С.С. Рослякова* / 30.08.2022



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
учебного предмета  
**Основы безопасности жизнедеятельности**

Учитель	Сомочкина Оксана Алексеевна
Класс	5-9
Всего часов в год	174
Всего часов в неделю	1

г. Славный, 2022

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа по основам безопасности жизнедеятельности в 5-9 классе разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, Концепции духовно-нравственного воспитания и развития личности гражданина России, авторской программы под ред. Н.Ф. Виноградовой., планируемых результатов основного общего образования и ориентирована на работу по учебно – методическому комплексу:

1. Основы безопасности жизнедеятельности :5 - 9 классы: программа / под ред. Н.Ф.Виноградовой. - Москва : Вентана - Граф, 2017 .

2. Виноградова Н.Ф. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-6 классы: методическое пособие / Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В. Сидоренко и др.– 4-е издание,. М.: Вентана - Граф, 2019 год.

3. Виноградова Н.Ф. Основы безопасности жизнедеятельности: 7-9 классы: методическое пособие / Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В. Сидоренко и др.– 4-е издание. М.: Вентана - Граф, 2019 год.

<b>Автор/авторский коллектив</b>	<b>Название учебника</b>	<b>Класс</b>	<b>Издательство, год издания</b>
Н.Ф.Виноградова Д.В.Смирнов Л.В.Сидоренко А.Б.Таранин	«Основы Безопасности жизнедеятельности 5-6 класс»	5-6	Издательский центр «Вентана-Граф», 2020
Н.Ф.Виноградова Д.В.Смирнов Л.В.Сидоренко А.Б.Таранин	«Основы Безопасности жизнедеятельности 7-9 класс»	7-9	Издательский центр «Вентана-Граф», 2020

На изучение курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5 -9 классах отводится по 1 ч в неделю. Программа рассчитана на 35 ч. в год 5-8 класс, 34ч в год 9класс 174 часов за весь курс обучения.

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

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

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

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

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

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

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

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

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

#### **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 происшествными.

**Регулятивные:**

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

**Коммуникативные:**

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

**Предметные результаты**

Учащиеся научатся:

объяснять смысл основных понятий (в рамках изученного материала);  
характеризовать государственную политику, связанную с предотвращением различных чрезвычайных ситуаций и борьбой с ними (в рамках изученного материала);  
раскрывать особенности семьи как социального института; характеризовать факторы благополучных взаимоотношений в семье;  
выявлять факторы, влияющие на здоровье и благополучие человека;

раскрывать особенности организации безопасного туризма, отдыха, игр и занятий;  
классифицировать и характеризовать виды чрезвычайных ситуаций, особенности каждого вида;  
анализировать и оценивать ситуации, связанные с опасностями для здоровья и жизни человека в близком окружении и в масштабах региона;  
различать чрезвычайные ситуации разного вида (природные, биологические, техногенные, социальные); приводить примеры разных видов чрезвычайных ситуаций;  
предвидеть возможные последствия своих действий и поведения;  
проявлять желание противостоять негативным влияниям окружающей социальной среды, коллектива сверстников, взрослых;  
организовывать режим, двигательную активность, закаливание и др.;  
проявлять разумную предосторожность в выборе мест для игр, пользовании бытовыми электроприборами;  
ориентироваться в дорожной обстановке, соблюдать правила дорожного движения;  
оказывать первую помощь в различных чрезвычайных ситуациях.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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

**Введение.** Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».

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

*Особенности организма человека.* Организм человека как единое целое. Функции разных систем органов тела. Почему нужно знать свой организм. Укрепление нервной системы, тренировка сердца, дыхательной системы. Принципы рационального питания. Первая помощь при отравлении и пищевой аллергии.

*Здоровье органов чувств.* Охрана органов чувств. Первая помощь при попадании в глаз инородного тела.

*Как вести здоровый образ жизни.* Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье. Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши).

*Движение — это жизнь.* Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.

*Закаливание как условие сохранения и укрепления здоровья.* Правила закаливания младшего подростка.

*Компьютер и здоровье.* Правила безопасного пользования компьютером. Виды занятий, снимающих утомление.

*Безопасный дом.* Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте.

Правила уборки квартиры и мытья посуды. Животные и насекомые, распространяющие инфекцию (мыши, тараканы, клопы). Техника безопасности в

доме. Первая помощь при ушибах, отравлении химическими веществами (парами клея, краски, газом) и поражении электрическим током

### **Школьная жизнь**

*Выбор пути: безопасная дорога в школу.* Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения. Дорожное движение в населённом пункте и за городом. Безопасная дорога. Выбор безопасного пути в школу. Правила поведения на дорогах и улицах. Оценка пешеходом дорожной ситуации. «Дорожные ловушки» — способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций. Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира в разных видах транспорта.

*Правила поведения в школе.* Общие правила поведения в школьном помещении и во дворе школы. Поведение на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой. Может ли общение привести к беде. Первая помощь при сотрясении мозга, ушибах и кровотечении. Помощь заболевшему ребёнку.

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

### **На игровой площадке**

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

*Меры безопасности* при пользовании качелями, игровым оборудованием на площадке, при езде на велосипеде. Зимние игры, безопасность при езде на санках-ледянках. Первая помощь при переломах и вывихах. Поиск подростками «приключений»: оправдан ли риск.

*Животные на игровой площадке.* Правила поведения при встрече с собакой. Первая помощь при укусе собаки.

### **На природе**

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

*Опасности, которые могут встретиться во время прогулок.* Общие правила поведения во время экскурсий на природу. Правила поведения в экстремальных ситуациях (при потере ориентиров на незнакомой местности и др.). Опасные встречи (животные, насекомые, змеи). Первая помощь при укусе насекомого, змеи. Правила поведения на водоёмах. Выбор и оценка места для купания. Первая помощь при судорогах, солнечном ударе, утоплении. Оценка состояния льда в осеннее и весеннее время. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные преграды

### **Туристический поход: радость без неприятностей**

*Правила организации безопасного туристического похода.* Подготовка к походу: сбор снаряжения, продуктов. Одежда и обувь для похода. Правила упаковки рюкзака. Спальный мешок.

*Режим дня в туристическом походе.* Правила организации режима дня путешественника: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий и игр.

Первая помощь при потёртостях кожи, пищевых отравлениях, ожогах. Походная аптечка. Лечебные травы.

### **Когда человек сам себе враг**

При каких обстоятельствах человек сам себе враг. Вредные привычки и пагубные последствия курения и употребления алкоголя для растущего организма.

### **Практические работы**

Измерение пульса, проверка выносливости; тренировка дыхательной системы; проверка степени загрязнения воды; анализ режима питания; овладение приёмами тренировки глаз; проверка уровня физической подготовки учащегося; составление программы закаливания; освоение правил пользования компьютером; выбор безопасного маршрута от дома до школы; оценка дорожной обстановки; освоение правил дорожного движения; выбор правильного решения в конфликтной ситуации; эвакуация из здания школы; действия при пожаре в школе; оказание первой помощи при лёгких травмах; оказание первой помощи при переломах; оценка поведения собаки; выбор ориентиров на местности; ориентирование на местности по компасу; определение сторон света по Солнцу и часам; определение сторон света по местным приметам; измерение расстояния шагами; оказание доврачебной помощи при укусах насекомых и змей; обучение приёмам искусственного дыхания; составление режима для многодневного туристического похода; определение отличительных признаков ядовитых грибов.

### **Проектная деятельность по темам**

«Органы чувств человека», «Курить — здоровью вредить», «Экскурсия в природу»<sup>1</sup>.

Ведущие содержательные линии программы соответствуют разделам учебника «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-6 класса.

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

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

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

В разделе «Школьная жизнь» рассматривается две проблемы. День школьника начинается с дороги, поэтому учащиеся знакомятся с правилами дорожного движения и рассматривают опасные ситуации, участниками которых могут стать

пешеход и пассажир. Особое внимание уделяется поведению учащихся в школе и на пришкольной территории, выбору безопасных способов разрешения возможных конфликтов.

### **Формы организации учебного процесса**

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

### **Основные виды учебной деятельности**

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

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

**Введение.** Основы безопасности жизнедеятельности. Это нужно знать

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

Расширение кругозора. Физическое воспитание в Спарте.

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

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

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

Расширение кругозора. Русская баня и здоровье. Примеры закаливания.

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

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

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

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

Расширение кругозора. Дети-Маугли.



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

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

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

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

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

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

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

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

### **Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе**

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

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

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

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

### **Современный транспорт и безопасность**

*Транспорт в современном мире.*

Расширение кругозора. Экологически безопасный транспорт.

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

Расширение кругозора. Водитель в чрезвычайной ситуации.

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

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

Расширение кругозора. Права командира авиалайнера в экстренных ситуациях.

*Железнодорожная катастрофа.* Действия в случае крушения поезда.

### **Безопасный туризм**

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

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

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

Когда человек сам себе враг

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

Расширение кругозора. История табака и курения.

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

Расширение кругозора. Как на Руси относились к алкоголю.

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

### **Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера**

*Чрезвычайные ситуации и их классификация.* Определение чрезвычайной ситуации. Классификация чрезвычайных ситуаций. Система оповещения в чрезвычайных ситуациях. Общие правила эвакуации.

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

Расширение кругозора. Ураган Фифи.

*Чрезвычайные ситуации техногенного характера.* Причины и виды техногенных ЧС. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения. Аварии с утечкой химических и радиоактивных веществ. Виды радиационно-опасных объектов. Аварии на гидродинамических объектах. Правила поведения при авариях различного вида.

Расширение кругозора. Из истории техногенных катастроф.

### **Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации**

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

*Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму.*

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

### **Практические работы**

Подготовка программы закаливания для человека, который часто болеет простудными заболеваниями.

Изучение физических упражнений, которые помогают снять напряжение разных групп мышц. Определение степени развития своих волевых качеств. Анализ «пищевой пирамиды» и составление меню школьника на день. Составление рациона питания с учётом соотношения белков, жиров и углеводов. Анализ соотношения своего роста и веса. Анализ информации на этикетках продуктов.

Выявление возможных источников шума в современной городской квартире. Изучение правил пользования газовыми и электрическими приборами; знакомство с устройством и принципом действия пожарного крана; знакомство с устройством углекислотного и воздушно-пенного огнетушителей.

Психологическая подготовка к встрече с преступником; знакомство с подручными предметами, которые можно использовать как средство защиты от нападения. Отработка линии поведения в чрезвычайной ситуации (злоумышленник пытается проникнуть в квартиру).

Отработка приёмов проведения искусственного дыхания.

Отработка правил поведения при аварийной посадке самолёта.

Составление графика движения в туристском походе; составление программы поиска потерявшегося туриста и программы его действий в ситуации автономного пребывания в природе. Освоение разных видов узлов. Оказание первой помощи при небольших ранах, ссадинах, переломах, ушибах.

Анализ положений Федерального закона «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».

Анализ положений Федерального закона «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

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

- 1) «Витамины — это жизнь»;
- 2) «Одиночество — путь к социальному нездоровью человека», «Наши предложения: как улучшить психическое здоровье человека», «Медиасреда — не навреди!»;
- 3) «Опасные игры»;
- 4) «Растения и грибы таят опасности», «Безопасное поведение на природе»;
- 5) «История великих кораблекрушений», «Правила поведения при чрезвычайных ситуациях на корабле»;
- 6) «Как укрыться от непогоды» (конструирование укрытия от непогоды в лыжном и пешем туристском походе);

- 7) «Отношение к пьянству в России в разные исторические эпохи», «Мифы о пьянстве на Руси», «Отражение темы пьянства в карикатуре»;
- 8) «Как смягчить последствия природных чрезвычайных ситуаций»;
- 9) «Техногенные катастрофы»;
- 10) «Служба в Вооружённых Силах России как часть борьбы за национальную безопасность страны».

### **Формы организации учебного процесса**

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

### **Основные виды учебной деятельности**

- Отбор и сравнение материала по нескольким источникам.
- Анализ проблемных ситуаций.

определение видовых особенностей ядовитых растений; определение ядовитых или несъедобных грибов.

действия по оказанию первой помощи при кровотечениях; наложение шины.

алгоритмизация поведения во время пожара в поезде;

### **Тематическое планирование материала в 5 классе**

№ п/п	Тема	Кол-во час
1	Введение	1
2	Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя	17
3	Мой безопасный дом	2
4	Школьная жизнь	10
5	На игровой площадке	5
Итого		35

### **Тематическое планирование материала в 6 классе**

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Введение	1
2	На игровой площадке	11
3	На природе	15
4	Туристический поход	5
5	Когда человек сам себе враг	3
Итого		35

### **Тематическое планирование учебного предмета « ОБЖ » 7 класс.**

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Введение. Основы безопасности жизнедеятельности	3
2	Здоровый образ жизни	16
3	Разумная предосторожность. Опасные игры	14
4	Итоговое контрольное тестирование за 7 класс	1
5	Итоговое повторение и обобщение	1
Итого		35

### **Тематическое планирование учебного предмета « ОБЖ » 8 класс**

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе	7
2	Современный транспорт и безопасность	10
3	Безопасный туризм	14
4	Итоговое контрольное тестирование за 8 класс	1
5	Итоговое повторение и обобщение	3
Итого		35

### **Тематическое планирование учебного предмета « ОБЖ » 9 класс.**

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Когда человек сам себе враг	7
2	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, классификация и характеристика	15
3	Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации	9
4	Итоговое контрольное тестирование за 9 класс	1
5	Итоговое повторение и обобщение	2
Итого		34

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
по ОБЖ 5 класс

№ п/п	Дата проведения		Тема урока	Тип урока
	по плану	по факту		
<b>Введение (1ч)</b>				
1			Вводный урок. Почему нужно изучать предмет "ОБЖ". Инструктаж по технике безопасности.	Комбинированный урок
<b>Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя (17 ч)</b>				
2			<i>Входной контроль по основам безопасности жизнедеятельности.</i> Чтобы сохранить здоровье нужно знать себя.	Комбинированный урок
3			Что такое здоровый образ жизни	Комбинированный урок
4			Организм человека и его безопасность	Комбинированный урок
5			За что "отвечают" системы органов	Комбинированный урок
6			Укрепляем нервную систему.	Комбинированный урок
7			Тренируем сердце. Практическая работа № 1 по теме: Измеряем пульс.	Комбинированный урок
8			Развиваем дыхательную систему. Практическая работа № 2 по теме	Комбинированный урок
9			Питаемся правильно. Практическая работа № 3 по теме: Анализируем режим питания"	Комбинированный урок
10			Практическая работа № 4 по теме : Определить степень загрязнения воды" .	Комбинированный урок
11			Здоровье органов чувств. Практическая работа № 5 по теме "гимнастика для глаз".	Комбинированный урок
12			Проект и презентация Интересное о здоровье	Комбинированный урок

13			Что влияет на здоровье	Комбинированный урок
14			Чистота залог здоровья.	Комбинированный урок
15			Движение -это жизнь.	Комбинированный урок
16			Поговорим о закаливании	Комбинированный урок
17			Компьютер и здоровье.	Комбинированный урок
18			Практическая работа № 6 по теме" Правила безопасного пользования компьютером"	Комбинированный урок
<b>Мой безопасный дом (2ч.)</b>				
19			Наводим в доме чистоту	Комбинированный урок
20			Дела домашние : техника безопасности	Комбинированный урок
<b>Школьная жизнь (10 ч.)</b>				
21			<i>Безопасная дорога в школу Практическая работа № 7 по теме: Безопасный маршрут движения до школы"</i>	Комбинированный урок
22			Пешеходы и пассажиры - участники дорожного движения	Комбинированный урок
23			Дорожное движение в населенном пункте Практическая работа № 8 по теме: Правила дорожного движения РФ"	Комбинированный урок
24			Дорожные правила для пешеходов	Комбинированный урок
25			Правила поведения в школе	Комбинированный урок
26			Поведение которое приводит к беде.Практическая работа № 9 по теме : Наши эмоции"	Комбинированный урок
27			Заболевший в школе	Комбинированный урок
28			Если в школе пожар	Комбинированный урок
29			Практическое занятие № 10 по теме : « Правила поведения при пожаре» .	Комбинированный урок
30			Первая медицинская помощь при отравлении угарным газом	Комбинированный урок
<b>На игровой площадке (5ч.)</b>				
31			Правила поведения на игровой площадке	Комбинированный урок

32			Правила езды на велосипеде для подростков	Комбинированный урок
33			Правила поведения в дни летних каникул	Комбинированный урок
34			Первая медицинская помощь при травмах .	Комбинированный урок
35			Резервный урок	Комбинированный урок
<b>Итого: 35 часов</b>				



## Календарно -тематическое планирование по ОБЖ 6 класс

№ уро ка	Дата проведения		Тема урока	Тип урока
	по плану	по факту		
<b>Тема: Правила поведения на игровой площадке.(1 ч.)</b>				
1			Введение. Инструктаж по технике безопасности.	урок изучения нового материала
<b>Тема: На игровой площадке.(11 ч.)</b>				
2			Подготовка к прогулке. Мини проект.	урок изучения нового материала
3			Качели и безопасность. Аттракционы.	Комбинированный урок
4			Закрытые травмы	Комбинированный урок
5			Первая помощь при закрытых травмах. Практическая работа №1. «Оказание первой помощи при легких травмах и переломах»	Комбинированный урок
6			Собака – не всегда друг. Практическая работа № 2 «Как понять настроение и намерения собаки?»	Комбинированный урок
7			Риск оправданный и неоправданный.	Комбинированный урок
8			Выполнение законных требований – путь к дорожной безопасности.	Комбинированный урок
9			Знание ПДД и опыт решения дорожных задач.	Комбинированный урок
10			Дорожные опасности мнимые и настоящие. Решение ситуационных задач.	Комбинированный урок
11			Опасность на дороге. Как ее избежать. Решение ситуационных задач.	Комбинированный урок
12			Работа водителя и поведение пешехода.	Комбинированный урок
<b>Тема На природе .(15 ч.)</b>				
13			Что такое ориентир?	Комбинированный урок

			Практическая работа №3 «Учимся выбирать ориентиры»	
14			Определение сторон горизонта – арифметика ориентирования на местности. Практическая работа № 4 «Определение стороны света по солнцу без часов»	Комбинированный урок
15			Определение азимутов на топографической карте на местности.	Комбинированный урок
16			Ориентирование на местности с помощью топографической карты и компаса. Практическая работа № 5 «Овладение навыками работы с компасом»	Комбинированный урок
17			Измерение расстояний на местности. Практическая работа №6 «Учимся измерять расстояние шагами»	Комбинированный урок
18			Если вы заблудились в лесу.	Комбинированный урок
19			Факторы выживания в природных условиях. Преодоление страха. Общий план действий.	Комбинированный урок
20			Акклиматизация в различных природно климатических условиях. Тепловой и солнечный удар. Обморожения и общее охлаждение организма	Комбинированный урок
21			Первая помощь при укусах насекомых и змей.	Комбинированный урок
22			Сооружение временного жилища	
23			Способы добывания огня, разведение костров.	Комбинированный урок
24			Туристские узлы и их применение	Комбинированный урок
25			Сигналы бедствия	Комбинированный урок
26			Безопасность на водоемах	Комбинированный урок
27			Контроль знаний по теме «Природа полна неожиданностей»	Контроля и коррекции

			<b>Тема :Туристический поход радость без неприятностей.(5 ч.)</b>	
28			Подготовка к походу	Комбинированный урок
29			Рюкзак – это серьезно.	Комбинированный урок
30			Средства оказания первой помощи. Походная аптечка.	Комбинированный урок
31			Обеспечение питанием и водой	Комбинированный урок
32			Поиск и приготовление пищи	Комбинированный урок
			<b>Тема :Когда человек сам себе враг .(3 ч.)</b>	
33			Алкоголь наносит удары по организму.	Комбинированный урок
34			Курение убивает.	Комбинированный урок
35			<i>Безопасность жизнедеятельности во время летних каникул</i>	
			<b>Итого: 35</b>	

## Календарно – тематическое планирование по ОБЖ 7 класс

№ п/п	Дата проведения		Тема урока	Тип урока
	по плану	по факту		
			<b>Введение. Основы безопасности жизнедеятельности (3ч.)</b>	
1			Введение. Первичный инструктаж по охране труда	урок изучения нового материала
2			Цели предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»	Комбинированный урок
3			Что такое здоровый образ жизни. Слагаемые здоровья	Комбинированный урок
			<b>Зависит ли здоровье от образа жизни (16ч.)</b>	
4			Зависит ли здоровье от образа жизни?	Комбинированный урок
5			Повторение и обобщение материала по темам «ЗОЖ.» Стартовый контроль знаний .	Комбинированный урок
6			Что такое физическое здоровье. Значение физической культуры для здоровья человека .	Комбинированный урок
7			Закаливание как способ тренировки организма. Правила личной гигиены.	Комбинированный урок
8			Правила рационального питания.	Комбинированный урок
9			О жирах, белках и углеводах. <i>Практические занятия.</i> Составление рациона питания с учетом соотношения белков, жиров и углеводов.	Комбинированный урок
10			Проблемы экологии питания.	Комбинированный урок
11			Поговорим о диете.	Комбинированный урок

12			Повторение и обобщение по теме «Физическое здо-ровье и правильное питание» Контрольная работа	Контроля и коррекции
13			Показатели психического здо-ровья и нездоровья.	Комбинированный урок
14			Человек и мир звуков: влияние городской экологии на здоровье	Комбинированный урок
15			Что определяет социальное здоровье человека.	Комбинированный урок
16			Учение-социально важная деятельность.	Комбинированный урок
17			Что такое репродуктивное здоровье?	Комбинированный урок
18			Риски старшего подросткового возраста.	Комбинированный урок
19			Повторение и обобщение по темам « Виды здоровья человека». Контрольная работа	Контроля и коррекции
			<b>Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни (14ч.)</b>	
20			Причины и последствия пожаров.	Комбинированный урок
21			Средства пожаротушения. <i>Практическое занятие:</i> знакомство с устройством пожарного крана; знакомство с устройством и порядком использования углекислотного и воздушно-пенного огнетушителей.	Комбинированный урок
22			Правила пользования пиротехникой.	Комбинированный урок
23			Организация эвакуации из горящего здания. Помощь при ожогах.	Комбинированный урок

24			Если произошло отравление газом. Первая медпомощь. <i>Практическая работа (деловая игра): «Медицинская страничка».</i>	Комбинированный урок
25			Бытовая химия: безопасность использования. Первая медпомощь.	Комбинированный урок
26			Залив жилища. <i>Практическая работа</i> :анализ воображаемых ситуаций	Комбинированный урок
27			Опасное электричество. <i>Практическое занятие:</i> правила пользования электроприборами.	Комбинированный урок
28			Повторение и обобщение по темам « Чрезвычай-ные ситуации в быту». Контрольная работа	Контроля и коррекции
29			Как выбрать место для отдыха.	Комбинированный урок
30			Как вести себя на улице, лифте и на лестнице. Самооборона. <i>Практическое занятие</i> «Встреча с незнакомцем».	Комбинированный урок
31			Опасные игры. Что скрывает карьер. Неразорвавшиеся снаряды.	Комбинированный урок
32			Экстрим в игре и спорте	Комбинированный урок
33			Первая помощь при переломах.	Комбинированный урок
<b>Итоговое повторение и обобщение (1ч.)</b>				
34			Итоговое повторение и обобщение	Комбинированный урок
<b>Итоговое контрольное тестирование за 7 класс (1ч.)</b>				
35			Итоговая контрольная работа по курсу ОБЖ за 7 класс. Контрольная работа <i>Безопасность жизнедеятельности во время летних каникул</i>	Контроля и коррекции
<b>Итого : 35</b>				

№ п/п	Дата проведения		Тема урока	Тип урока
	по плану	по факту		
<b>Раздел 1. Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе (7ч.)</b>				
1			Инструктаж по технике безопасности. Ядовитые растения нашей местности, их влияния на здоровье человека. Правила сбора грибов, которые помогут избежать отравления.	урок изучения нового материала
2			Первая помощь при отравлении.	Комбинированный урок
3			Поведение в лесу при встречах с опасными животными. Гроза в лесу.	Комбинированный урок
4			Первая помощь при укусах насекомых и змей.	Комбинированный урок
5			Водоём зимой и летом. Причины возникновения опасных ситуаций на воде.	Комбинированный урок
6			Действия в неожиданных ситуациях. Выполнение правил поведения при купании.	Комбинированный урок
7			Умения отдыхать на воде. Правила катания на лодке.	Комбинированный урок
8			Помощь утопающему. Приёмы проведения искусственного дыхания.	Комбинированный урок
9			Правила поведения на льду.	Комбинированный урок
10			Контроль знаний по теме: «Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе».	Контроля и коррекции
<b>Раздел 2. Современный транспорт и безопасность (10ч.)</b>				
11			Транспорт в современном мире. Виды транспортных средств. Негативное воздействие транспорта на природу.	урок изучения нового материала
12			Чрезвычайные ситуации на дорогах. Причины и последствия дорожно-транспортных происшествий, поведение их участников, помощь пострадавшим. Опасные игры на дорогах.	Комбинированный урок

13			Первая помощь при кровотечениях.	Комбинированный урок
14			Метро — транспорт повышенной опасности. Возможные опасные ситуации, связанные с метро. Правила поведения в метро.	Комбинированный урок
15			Правила поведения пассажиров на борту авиалайнера. Нестандартные ситуации во время полёта. Меры предосторожности при ухудшении самочувствия во время полёта.	Комбинированный урок
16			Особенность железнодорожного транспорта. Правила поведения при крушении поезда, при возникновении в вагоне пожара.	Комбинированный урок
17			Контроль знаний по теме: «Современный транспорт и безопасность».	Контроля и коррекции
<b>Раздел 3. Безопасный туризм. (14ч.)</b>				
18			Виды активного туризма: пеший, водный, лыжный, горный, конный, парусный, вело-, спелео-, авто-, 24отто- и другие опасности, подстерегающие туриста. Обязанности туриста в туристской группе. Зависимость безопасности в туристском походе от подготовленности каждого туриста и всей туристской группы.	урок изучения нового материала
19			Объективные трудности турпохода. Субъективные трудности турпохода.	Комбинированный урок
20			Движение по туристскому маршруту. Правила безопасности в туристском походе.	Комбинированный урок
21			Требования к составлению графика движения туристской группы. Рациональное распределение группового снаряжения между участниками похода.	Комбинированный урок
22			Преодоление естественных препятствий.	Комбинированный урок
23			Правила переправы через замерший водоем.	Комбинированный урок



24		Типы костров, используемых в туризме, и их назначение. Правила разведения костров.	Комбинированный урок
25		Если турист отстал от группы... Алгоритм (правила) обеспечения собственной безопасности туриста, который оказался в лесу один (отстал от группы).	Комбинированный урок
26		Определение выхода к населенным пунктам.	Комбинированный урок
27		Сооружение временных укрытий.	Комбинированный урок
28		Состав индивидуального аварийного набора туриста. Действия туристской группы в ЧС по организации поиска туриста, отставшего от группы.	Комбинированный урок
29		Туризм и экология окружающей среды.	Комбинированный урок
30		Подготовка к водному туристскому походу. Правила безопасного поведения в водном походе. Требования к специальному личному туристскому снаряжению в водном походе.	Комбинированный урок
31		Правила безопасности в путешествиях с использованием плав средств.	Комбинированный урок
		<b>Итоговое контрольное тестирование за 8 класс (1ч.)</b>	
32		Итоговая контрольная работа	Контроля и коррекции
		<b>Итоговое повторение и обобщение (3ч.)</b>	
33		Узлы в туристском походе. Функции, свойства и особенности узлов, используемых туристами в путешествиях.	Комбинированный урок
34		Контроль знаний по теме: «Безопасный туризм».	Контроля и коррекции
35		<b>Резервный урок</b>	
<b>Итого: 35</b>			

## Календарно-тематическое планирование ОБЖ 9 класс

№ п/п	Дата проведения		Тема урока	Тип урока
	по плану	по факту		
<b>Когда человек сам себе враг (7ч.)</b>				
1			Курение убивает. Инструктаж по технике безопасности.	Комбинированный
2			Почему курение мешает учению?	Комбинированный
3			Алкоголь разрушает личность	Комбинированный
4			Воздействие алкоголя на организм человека	Комбинированный
5			Отравление алкоголем	Комбинированный
6			Наркомания таксикомания	Комбинированный
7			Обобщение и закрепление темы Сам.работа по теме «Когда человек сам себе враг»	Комбинированный
<b>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, их классификация и характеристика (15ч.)</b>				
8			Что такое чрезвычайная ситуация	Комбинированный
9			Система оповещения	Комбинированный
10			Природные чрезвычайные ситуации. Что такое землетрясение.	Комбинированный
11			Правила поведения во время землетрясения	Комбинированный
12			Извержение вулкана.	Комбинированный
13			Что такое сели и оползни.	Комбинированный
14			Поведение при угрозе схода селей, снежных лавин и оползней.	Комбинированный

15			Что такое ураганы, бури, смерчи.	Комбинированный
16			Цунами.	Комбинированный
17			Наводнения. Сам. работа по теме «Чрезвычайные ситуации природного характера»	Комбинированный
18			Природные пожары.	Комбинированный
19			Причины и виды техногенных ЧС.	Комбинированный
20			Аварии с утечкой химических веществ.	Комбинированный
21			Аварии с утечкой радиоактивных веществ.	Комбинированный
22			Аварии на гидродинамических объектах. Сам. работа по теме «Чрезвычайные ситуации техногенного характера»	Комбинированный
<b>Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации (9ч.)</b>				
23			Что такое экстремизм и терроризм.	Комбинированный
24			Как снизить угрозу теракта?	Комбинированный
25			Угроза взрыва в местах массового скопления людей	Комбинированный
26-27			Взятие в заложники и правила поведения в этом случае	Комбинированный
28			Взрывы в жилых домах	Комбинированный
29			Законодательство России о противодействии экстремизм и терроризм	Комбинированный
30			Что такое национальная безопасность?	Комбинированный

31			Условия обеспечения национальной безопасности России	Комбинированный
<b>Итоговое контрольное тестирование за 9 класс (1ч.)</b>				
32			Итоговое тестирование	Тестовая работа
<b>Итоговое повторение и обобщение (2ч.)</b>				
33			Итоговое повторение и обобщение курса	
34			Итоговое повторение и обобщение курса	
<b>Итого: 34</b>				

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА  
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ СЛАВНЫЙ»

«Рассмотрено»

Руководитель МО

*Солмошкина О.А.*

Протокол № 1

от «29» 08 2022 г.

«Согласовано»

Зам. директора по УВР

*С.С. Рослякова*

*30.08.2022*



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
учебного предмета  
**Основы безопасности жизнедеятельности**

Учитель	Сомочкина Оксана Алексеевна
Класс	5-9
Всего часов в год	174
Всего часов в неделю	1

г. Славный, 2022