

ст. Челбасская Каневского района Краснодарского края
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 26 имени Заслуженного
учителя школы РФ А.Е.Дашутина
муниципального образования Каневской район

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета

от 30.08.2022 года протокол № 1

Председатель _____ Бузан Е.Г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

По практикуму «Основы безопасности жизнедеятельности»

(указать учебный предмет, курс)

Уровень образования (класс): среднее общее образование для 5-7 класс
ФГОС

(начальное общее, основное общее образование с указанием классов)

Количество часов: 5 класс -34 ч., 6 класс – 34 ч., 7 класс -34 ч.,

Учитель: Гранкин Станислав Казимирович

Программа разработана на основе авторской программы по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» 5-9 класс. Под редакцией Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов, А.Б. Таранин, М.; Вентана-Граф 2017.

(указать программу/программы, издательство, год издания)

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета. «Основы безопасности жизнедеятельности»

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;

Личностные результаты воспитательной деятельности:

Личностные результаты достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения. Способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности и проявляются в индивидуальных социально значимых качествах, которые выражаются прежде всего в готовности обучающихся к саморазвитию, самостоятельности, инициативе и личностному самоопределению; осмысленному ведению здорового и безопасного образа жизни и соблюдению правил экологического поведения; к целенаправленной социально значимой деятельности; принятию внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, к окружающим людям и к жизни в целом.

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе.

1. Патриотическое воспитание:

Осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране; формирование чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга защите Отечества.

2. Гражданское воспитание:

Готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; представление о способах противодействия коррупции; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении; готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней); сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства; понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, осмысление роли государства и общества в решении задачи защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; знание и понимание роли государства в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации, формирование веротерпимости, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, развитие способности к конструктивному диалогу с другими людьми.

3. Духовно-нравственное воспитание:

Ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать своё поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства; развитие ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключая употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесение иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих; формирование личности безопасного типа, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности других людей.

4. Эстетическое воспитание:

Формирование гармоничной личности, развитие способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни; понимание взаимозависимости счастливого юношества и безопасного личного поведения в повседневной жизни.

5. Ценности научного познания

Ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой; овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия формирование современной научной картины мира, понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространённых видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды); установка на осмысление опыта, наблюдений и поступков, овладение способностью оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей.

6. Физическое воспитание,

Формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия: понимание личностного смысла изучения учебного предмета ОБЖ, его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства; осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели; умение принимать себя и других, не осуждая; умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, уметь управлять собственным эмоциональным состоянием; сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека

7. Трудовое воспитание:

Установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания; осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого; готовность адаптироваться в

профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей; укрепление ответственного отношения к учёбе, способности применять меры и средства индивидуальной защиты, приёмы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; овладение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях; установка на овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды). **8. Экологическое воспитание:**

Ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности экологической направленности; освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Метапредметные результаты: (универсальные учебные действия)

Познавательные:

- использовать умственные операции (анализ, синтез, сравнение, классификация и др.) для оценки, интерпретации, обобщения получаемой информации;
- сопоставлять информацию по одной и той же проблеме, полученную из разных источников (текст, иллюстрация, графическое представление);
- сравнивать чрезвычайные ситуации, классифицировать их по степени опасности для жизни и здоровья людей;
- осуществлять поиск информации, необходимой для выбора правильных решений в чрезвычайных ситуациях, связанных с бытом, повседневной школьной жизнью, отдельными природными и техногенными происшествиями.

Регулятивные:

- планировать по собственному побуждению свою жизнь и деятельность, ориентируясь на изученные правила поведения в различных ситуациях;

- контролировать своё поведение, проявлять желание и способность предвидеть последствия своих действий и поступков;

- оценивать неординарные, чрезвычайные ситуации, определять ошибки в действиях их участников, намечать способы их устранения

Коммуникативные:

- участвовать в диалоге (высказывать своё мнение, терпимо относиться к разным мнениям, объективно оценивать суждения участников);

- формулировать обобщения и выводы по изученному материалу;

- составлять обоснованные суждения о правилах поведения в различных чрезвычайных ситуациях;

- характеризовать понятия (в рамках изученных), пользоваться словарями для уточнения их значения и смысла;

- характеризовать причины происходящих событий, делать выводы о возможных способах их устранения.

Предметные результаты:

Учащиеся научатся:

- объяснять смысл основных понятий (в рамках изученного материала);

- характеризовать государственную политику, связанную с предотвращением различных чрезвычайных ситуаций и борьбой с ними (в рамках изученного материала);

- раскрывать особенности семьи как социального института; характеризовать факторы благополучных взаимоотношений в семье;

- выявлять факторы, влияющие на здоровье и благополучие человека;

- раскрывать особенности организации безопасного туризма, отдыха, игр и занятий;

- классифицировать и характеризовать виды чрезвычайных ситуаций, особенности каждого вида;

- анализировать и оценивать ситуации, связанные с опасностями для здоровья и жизни человека в близком окружении и в масштабах региона;

- различать чрезвычайные ситуации разного вида (природные, биологические, техногенные, социальные); приводить примеры разных видов чрезвычайных ситуаций;

- предвидеть возможные последствия своих действий и поведения;

- проявлять желание противостоять негативным влияниям окружающей социальной среды, коллектива сверстников, взрослых;

- организовывать режим, двигательную активность, закаливание и др.;

- проявлять разумную предосторожность в выборе мест для игр, пользовании бытовыми электроприборами;

- ориентироваться в дорожной обстановке, соблюдать правила дорожного движения;
- оказывать первую помощь в различных чрезвычайных ситуациях.

2. Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» 5-7 класс.

Раздел 1. Введение.

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

Раздел 2. Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя.

Почему нужно знать свой организм. Особенности организма человека. Какие системы органов есть у человека. За что отвечают системы органов, их характеристика. Укрепление нервной системы: что нервная система «любит», чего нервная система «не любит». Тренировка сердца. Развитие дыхательной системы, дыхательные упражнения для утренней гимнастики. *Правильное рациональное питание*: умеренность, сбалансированность, разнообразие, своевременность. Виды углеводов («медленные», «быстрые»), их влияние на организм и здоровье человека. Пирамида сбалансированного питания.

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

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

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

Движение — это жизнь. Положительное влияние физкультуры на организм человека. Комплекс упражнений для развития движений. Программа повышения уровня своей физической подготовки.

Закаливание как условие сохранения здоровья. Значение закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Правила закаливания.

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

Раздел 3. Мой безопасный дом.

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

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

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

Раздел 4. Школьная жизнь.

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

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

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

Раздел 5. На игровой площадке.

Подготовка к прогулке: выбор обуви и одежды. Поведение на игровой площадке. Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием, при езде на велосипеде, роликовых коньках и пр. Зимние игры. Безопасность катания на санках и ледянках. Предусмотрительность и осторожность во время игр. Особенности поведения на игровой площадке при условии близости игровой зоны для самых маленьких детей. Правила проведения спортивных игр (футбол, волейбол, хоккей и др.) при небольших размерах игровой площадки и близости дороги или шоссе.

Оказание первой помощи при ушибах, вывихах, переломах.

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

Раздел 6. На природе.

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

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

Опасности, которые таит вода. Выбор места для купания и его оценка. Правила безопасного поведения на воде при купании, катании на лодке. Оценка состояния льда в осеннее и весеннее время года. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные препятствия. Предусмотрительность и осторожность во время преодоления водных препятствий. *Автономное существование человека в природе:* Правила поведения в экстремальных ситуациях (при потере ориентиров на незнакомой местности и др.). Знаки международного кода. Опасные встречи звери (змеи). Правила поведения при встрече со змеёй. Опасные встречи звери (клещи). Клещевой энцефалит. Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Ядовитые растения. Определение ядовитых растений по внешнему виду. Ядовитые грибы. Определение ядовитых грибов по внешнему виду. Типы костров, правила разведения костра в лесу. Основные типы укрытий в летнее и зимнее время. Способы добычи воды в автономных условиях. Первая помощь при укусе насекомого, змеи. Переправы через водные преграды. Правила поведения на водоёмах в летнее время. Правила поведения на водоёмах в зимнее время. Правила безопасного поведения на льду. Выбор и оценка места для купания. Первая помощь при судорогах. Первая помощь при утоплении. Первая помощь при тепловом и солнечном ударе. Первая помощь при ожоге. Первая помощь при обморожении.

Раздел 7. Туристский поход: радость без неприятностей.

Подготовка к походу. Правила организации безопасного туристского похода. Подбор снаряжения, сбор продуктов питания. Одежда и обувь для похода. Правила упаковки рюкзака. Спальный мешок. Походная аптечка. Список лечебных препаратов, необходимых в походе. 15

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

Раздел 8. Когда человек сам себе враг.

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

Медицинские знания и умения: упражнения при простуде и влажном кашле; первая помощь при отравлении; аллергия и её влияние на организм человека; если в глаз попала соринка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (глисты, дизентерия, педикулёз). Правила закаливания. Условия

безопасной работы за компьютером. Приёмы осторожного обращения с клеем при проведении домашних хозяйственных работ. Первая помощь при отравлении газом. Симптомы сотрясения мозга, действия в случае подозрения на сотрясение мозга; остановка кровотечения из носа. Правила поведения заболевшего. Помощь при ожогах, отравлении угарным газом. Способы снятия усталости. Предупреждение простудных заболеваний. Первая помощь при подозрении на переломы и вывихи. Первая помощь при укусе собаки. Первая помощь при укусе насекомых, змей, клещей. Ядовитые растения и грибы. Помощь при отравлении грибами. Оказание первой помощи при солнечном ударе, утоплении, судороге. Первая помощь при потёртости кожи. Лечение ожогов в туристском походе.

Раздел 9. Практические работы.

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

Раздел 10. Проектная деятельность.

Примерные темы проектов: «Слух человека и животных. Сравнительная характеристика», «Как сохранить обоняние?», «Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его?», «Техника безопасности в жилом доме», «Вредные привычки: алкоголь, курение».

Тематическое планирование 5 класс

Раздел	Количество часов	Темы	Количество часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне УУД)
Раздел 1. Введение	1	Введение. Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».	1	Анализировать информацию, представленную в тексте учебника. Оценивать проблемные ситуации. Анализировать и характеризовать знаки-символы ОБЖ
Раздел 2. Чтобы сохранить здоровье,	14	Функции разных систем органов тела. <i>Проект на тему: «Слух человека и животных».</i>	1	Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните». Оценивать выполнение тестовых заданий (самоконтроль). Совместная деятельность в парах: уметь объяснять

нужно знать себя.	<i>Сравнительная характеристика»</i>		правила взаимодействия при решении учебной задачи. Участвовать в учебном диалоге «Укрепляем нервную систему». Практическая деятельность: измерять пульс; дыхательные упражнения. Читать и анализировать текст учебника «Рациональное питание — что это такое?». Участвовать в диалоге по теме. Анализировать схему (пирамиду) сбалансированного питания. Оценивать проблемные ситуации «Как мы питаемся». Практическая деятельность: составить меню для подростка. Анализировать информацию об оказании первой помощи при отравлении (работа с рубрикой «Медицинская страничка»)	
	Как можно тренировать сердце.	1		
	Как укреплять нервную систему	1		
	Укрепляем дыхательную систему. <i>Практическая работа: способы тренировки дыхательной системы (дыхательные упражнения);</i>	1		
	Принципы рационального питания. <i>Практическая работа: режим питания подростков.</i>	1		
	Первая помощь при отравлении и пищевой аллергии. <i>Проект на тему: «Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его?»</i>	1		
	Правила бережного отношения к органам чувств. <i>Практическая работа: «Как сохранить обоняние?»</i>	1		
	Как вести здоровый образ жизни. <i>Практическая работа: овладение приёмами тренировки глаз.</i>	1		Оценивать выполнение тестовых заданий (самоконтроль). Практическая работа: выполнять гимнастику для глаз. Анализировать информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка»
	Факторы, влияющие на здоровье.	1		Анализировать диаграмму «Что влияет на здоровье». Оценивать своё состояние (анализ ответов на вопросы теста). Учебный диалог (обсудим вместе): анализировать жизненные ситуации. Совместная деятельность в парах: оценивать «вредные» советы. Совместная деятельность в группах: составить памятки «Правила личной гигиены». Работа с информацией, представленной на медицинской Продолжение 25 страничке. Анализировать информацию, представленную в текстах учебника
	Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши)	1		
Движение — это жизнь. Положительное влияние физкультуры на организм человека.	1			

		<i>Практическая работа: выполнение физических упражнений.</i>		
		Закаливание. <i>Практическая работа: индивидуальная программа закаливания.</i>	1	Практическая деятельность: выполнять упражнения и игры в физкультурном зале. Участвовать в учебном диалоге «Что такое закаливание». Практическая деятельность: составлять программу закаливания.
		Правила безопасного пользования компьютером.	1	Анализировать информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка»
		Виды занятий, снимающих утомление.	1	Проводить самоанализ и самооценку поведения и организации деятельности. Анализировать информацию, представленную в тексте учебника. Практическая деятельность: объяснять правила работы с компьютером. Совместная деятельность в парах: анализировать иллюстративный материал по теме урока.
Раздел 3. Мой безопасный дом	4	Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры и мытья посуды.	1	Участвовать в учебном диалоге: анализ высказываний. Работать с текстом учебника, формулировать вывод. Совместная деятельность в парах: составлять план уборки квартиры, правила мытья посуды. Участвовать в учебном диалоге: анализ текста»
		Животные и насекомые, распространяющие инфекцию в доме (мыши, тараканы, клопы).	1	
		Первая помощь при отравлении клеем, его парами, газом. <i>Проект на тему: «Техника безопасности в жилом доме»</i>	1	
		Первая медицинская помощь при поражении электрическим током.	1	
Раздел 4. Школьная жизнь.	15	Обеспечение безопасности на улице.		Выполнять самоанализ и самооценку поведения (на дорогах и улицах). Практическая деятельность: правильно выбирать безопасные маршруты от дома до школы. Участвовать в учебном диалоге: анализ жизненных ситуаций. Совместная деятельность в парах:
		Школьная жизнь начинается с дороги. Пешеходы и пассажиры —		

	участники дорожного движения.		оценивать информацию, представленную в иллюстрациях. Практическая деятельность: анализировать и обобщать информацию, представленную в иллюстрациях; характеризовать дорожные знаки. Совместная деятельность в парах: составить рассказ для младшего школьника. Участвовать в учебном диалоге: обсуждение ситуаций, связанных с «дорожными ловушками». Совместная деятельность в группах: анализировать иллюстративный материал
	Велосипедист – водитель транспортного средства.		
	Пешеход и водитель транспортного средства их обязанности.		
	Дорожное движение в населённом пункте и за городом. Безопасная дорога.		
	Выбор безопасного пути из дома в школу. Правила поведения на дорогах и улицах.		
	«Дорожные ловушки»: способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций. <i>Практическая работа: оценка дорожной ситуации.</i>		
	Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира в разных видах транспорта		Анализировать иллюстративный материал: актуализация имеющегося опыта. Совместная деятельность в группах: составлять памятку «Правила поведения в школе». Участвовать в учебном диалоге «Правила поведения в школе». Выполнять самоконтроль и самооценку поведения (ответы на вопросы). Обсуждать жизненные ситуации: поведение, которое может привести к беде. Практическая деятельность: анализировать ситуацию, связанную с общением, поиск правильного решения; язык мимики и жестов. Оценивать информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка». Совместная деятельность в группах: читать и изучать схему эвакуации при пожаре в школе. Обсуждать текст: правила поведения при пожаре.
	Общие правила поведения в школьном помещении и во дворе школы. <i>Практическая работа: обсуждение ситуаций, связанных с поведением в школе.</i>		
	Поведение на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой.		
	Первая помощь при сотрясении мозга, ушибах и ссадинах.		
	Первая помощь при переломах.		
	Первая помощь при кровотечениях.		

		Меры предупреждения пожаров, правила эвакуации при пожаре. <i>Практическая работа: репетиция эвакуации из помещения школы при возникновении пожара.</i>		
		Урок обобщения. Подведение итогов.		

Тематическое планирование 6 класс

Раздел	Количество часов	Темы	Количество часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне УУД)
Раздел 1. Введение.	1	Введение. Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».		Необходимость изучения предмета ОБЖ. Характеристика понятий «жизнедеятельность», «безопасность», «здоровый образ жизни», «ситуация, опасная для жизни», «чрезвычайная ситуация». Символическое изображение правил ОБЖ. Человеческий фактор как основная причина возникновения чрезвычайных ситуаций.
Раздел 2. На игровой площадке.	4	Подготовка к прогулке. Выбор одежды и обуви с учётом погоды и планируемых подвижных игр.	1	<p>Читать и анализировать текст учебника «Подготовка к прогулке», «Крылатые качели». Формулировать правила безопасного обращения с качелями, велосипедом. Участвовать в учебном диалоге: правила езды на велосипеде, роликовых коньках. Оценивать информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка». Практическая деятельность: уметь оказывать первую помощь при травмах. Читать и анализировать текст «Собака не всегда друг». Участвовать в учебном диалоге: анализ и оценка жизненных ситуаций (стоит ли рисковать). Практическая работа: оценивать позы и мимику собаки; уметь оказывать первую помощь при укусе собаки.</p>
		На игровой площадке. Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием на площадке.	1	
		Учимся оказывать первую помощь. Первая помощь при переломах и вывихах.	1	
		Животные на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой.	1	

		Первая помощь при укусе собаки.		
Раздел 3. На природе.	29	Ориентирование на местности. Что такое ориентир.	1	Практическая деятельность: ориентироваться на местности; измерять расстояние на местности. Анализировать правила поведения в лесу («Если ты заблудился») Актуализация имеющегося опыта: правила поведения на экскурсиях. Участвовать в учебном диалоге: работа с иллюстрациями и текстами учебника. Совместная деятельность в парах: анализировать и оценивать опасности неправильного поведения. Оценивать информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка». Участвовать в учебном диалоге: выбор места для купания. Формулировать правила купания и катания на лодках. Совместная деятельность в парах: освоить правила нахождения на льду, правила организации переправы.
		Ориентирование по компасу, солнцу и часам, полярной звезде; местным признакам. <i>Практическая работа: овладение навыком работы с компасом.</i>	1	
		Измерение расстояния на местности.	1	
		Характеристика опасностей, которые могут встретиться во время прогулок на природе.	1	
		Общие правила поведения во время экскурсий в природу.	1	
		Автономное существование человека в природе.	1	
		Правила поведения в экстремальных ситуациях (при потере ориентиров на незнакомой местности и др.).	1	
		Знаки международного кода.	1	
		Опасные встречи звери (змеи).Правила поведения при встрече со змеей.	1	
		Опасные встречи звери (клещи). Клещевой энцефалит.	1	
		Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.	1	
		Ядовитые растения Определение ядовитых растений по внешнему виду.	1	

	Ядовитые грибы. Определение ядовитых грибов по внешнему виду.	1	
	Типы костров, правила разведения костра в лесу.	1	
	Основные типы укрытий в летнее и зимнее время.	1	
	Способы добычи воды в автономных условиях. <i>Практическая работа: проверка степени загрязнения воды (простейший фильтр).</i>	1	
	Первая помощь при укусе насекомого, змеи.	1	
	Переправы через водные преграды.	1	
	Правила поведения на водоёмах в летнее время.	1	
	Правила поведения на водоёмах в зимнее время.	1	
	Правила безопасного поведения на льду.	1	
	Выбор и оценка места для купания.	1	
	Первая помощь при судорогах.	1	
	Первая помощь при утоплении. <i>Практическая работа: приёмы искусственного дыхания.</i>	1	
	Первая помощь при тепловом и солнечном ударе.	1	
	Первая помощь при ожоге.	1	
	Первая помощь при обморожении.	1	
	Проектная деятельность на тему «Чтобы экскурсия в	1	

		природу была безопасной».		
		Урок обобщения. Подведение итогов.	1	

Тематическое планирование 7 класс

Раздел	Количество часов	Темы	Количество часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне УУД)
Раздел 1.	1	Введение. Почему нужно изучать предмет ОБЖ	1	Необходимость изучения предмета ОБЖ. Характеристика понятий «жизнедеятельность», «безопасность», «здоровый образ жизни», «ситуация, опасная для жизни», «чрезвычайная ситуация», «природная катастрофа», «техногенная катастрофа».
Раздел 2. Туристский поход: радость без неприятностей	11	Значение туризма в жизни человека. Туризм — способ укрепления здоровья и эмоционального благополучия человека.	1	Конструировать план многодневного туристического похода. Практическая деятельность: собирать снаряжение к походу, правильно 30 Тема Содержание урока Характеристика основных видов учебной деятельности учащихся благополучия человека.
		История туризма в мире и в нашей стране. Тематика и цели туризма. Общие правила организации туристского похода.	1	История туризма в мире и в нашей стране. Тематика и цели туризма. Общие правила организации туристского похода. Подготовка к походу: требования к снаряжению. Одежда и обувь для турпохода. Личные вещи в походе. Особенности продуктов питания, которые берутся в поход.
		Одежда и обувь для турпохода. Личные вещи в походе. Особенности продуктов питания, которые берутся в поход. Виды рюкзаков. Правила упаковки рюкзака. Спальный мешок	1	Виды рюкзаков. Правила упаковки рюкзака. Спальный мешок. Режим дня в однодневном и многодневном турпоходе. Сочетание передвижения и отдыха. Правила организации ночлега, отдыха, передвижения. Режим питания в турпоходе. Характеристика чрезвычайных и неожиданных ситуаций, их предвидение и ликвидация возможных причин.
		Подготовка к походу: требования к снаряжению. Одежда и обувь для турпохода	1	Первая помощь при болезненном состоянии. Выбирать спортивную одежду и обувь; определять режим дня, режим питания и меню. Совместная деятельность в группах: анализировать текстовую и иллюстративную информацию. Конструировать таблицы, схемы, диаграммы. Аналитическая
		Режим дня в однодневном и многодневном турпоходе. Сочетание передвижения и отдыха.	1	Режим дня, режим питания и меню. Совместная деятельность в группах: анализировать текстовую и иллюстративную информацию. Конструировать таблицы, схемы, диаграммы. Аналитическая

		Правила организации ночлега, отдыха, передвижения. Режим питания в турпоходе.	1	<p>деятельность: оценивать ситуации, отражающие поведение туристов, возникновение неожиданных, чрезвычайных ситуаций.</p> <p>Коммуникативная деятельность: участвовать в учебном диалоге (формулировать собственное мнение, выстраивать реплики, дополнения, уточнения высказываний участников); выстраивать монологическое высказывание.</p> <p>Регулятивная деятельность: овладевать навыками самоконтроля и самооценки поведения</p>
		Характеристика чрезвычайных и неожиданных ситуаций, их предвидение и ликвидация возможных причин.	1	
		Первая помощь при болезнях, травмах. Аптечка туриста. Записная медицинская книжка туриста.	1	
		Полезные для туриста лекарственные растения. Предупреждение возможных случаев отравления грибами и ягодами.	1	
		Меры безопасности при пользовании водой из природных водоёмов	1	
		Первая помощь при отравлении, простуде, укусе насекомых и змей.	1	
Раздел 3. Когда человек сам себе враг.	22	Виды и причины возникновения вредных привычек. <i>Проект на тему: «Вредные привычки: алкоголь и курение»</i>	1	<p>Коммуникативная деятельность: участвовать в обсуждении проблемы вредных привычек; участвовать в диалоге с врачами — профессионалами в лечении алкогольной зависимости.</p> <p>Аналитическая деятельность: оценивать информацию, представленную в текстовом и иллюстративном виде.</p> <p>Рефлексивная деятельность: оценивать своё отношение к вредным привычкам. Характеризуют общие правила оказания первой помощи. Отрабатывают в паре приёмы оказания первой помощи при наружном кровотечении, приушибах и переломах. Отрабатывают втроём (впятером) правила транспортировки пострадавшего. Отвечают на вопросы и</p>
		Алкоголь. Вред алкоголя для здоровья, умственной деятельности, поведения человека	1	
		Особая опасность приёма алкоголя в подростковом возрасте	1	
		Курение. Вред курения для здоровья	1	

	Вред курения для здоровья. Особая опасность курения в подростковом возрасте.	1	выполняют задания, приведённые после каждого параграфа
	Упражнения при простуде и влажном кашле.	1	
	Первая помощь при отравлении.	1	
	Аллергия и её влияние на организм человека	1	
	Заболевания, вызванные отсутствием гигиены.	1	
	Правила закаливания.	1	
	Условия безопасной работы за компьютером	1	
	Первая помощь при отравлении угарным газом.	1	
	Симптомы сотрясения мозга, действия в случае подозрения на сотрясение мозга	1	
	Кровотечения. Остановка кровотечения из носа.	1	
	Первая медицинская помощь при ожогах.	1	
	Способы снятия усталости. Предупреждение простудных заболеваний.	1	
	Первая помощь при подозрении на переломы и вывихи.	1	
	Первая помощь при укусе собаки. Первая помощь при укусе насекомых, змей, клещей.	1	
	Ядовитые растения и грибы. Помощь при отравлении грибами	1	
	Оказание первой помощи при	1	

		солнечном и тепловом ударе.		
		Оказание первой помощи утоплению и судорогах.	1	
		Первая помощь при потёртости кожи.	1	
		Урок обобщения. Подведение итогов.	1	