

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"ЛОКТЕВСКАЯ СРЕДНЯЯ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"

АССМОТРЕНО
руководитель МО

Маркунова Е. В.
[протокол №1
г «29» августа 2023 г.

ОГЛАСОВАНО
ответств. за УР

Маркунова Е. В.
[протокол №1
г «29» августа 2023 г.

ТВЕРЖДЕНО
директор

Масаева О.Н.
[приказ №53/1
г «31» августа 2023 г.

Рабочая программа учебного предмета
основного общего образования
«Основы безопасности жизнедеятельности»
в 5-7 классов
на 2023-2024 учебный год

Составитель: Чирцов К.В
Учитель ОБЖ

с. Локоть,
2023

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» 5-7 классов разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденном приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897, на основе Рабочей программы «Основы безопасности жизнедеятельности» (ФГОС) А.Т. Смирнова и Б.О.Хренникова (Москва, Просвещение, 2012 год).

Общая цель школьного курса ОБЖ — обеспечить повышение общего уровня культуры всего населения страны в области безопасности жизнедеятельности и добиться снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства.

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

- безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- принятие учащимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи, справедливости судов и ответственности власти;
- антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких **учебных задач**, как:

- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Учебный курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5-7 классе строится так, чтобы были достигнуты следующие **цели**:

- безопасное поведение учащихся в ЧС природного, техногенного и социального характера;
- понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;

- принятие учащимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи, справедливости судов и ответственности власти;

- антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение учащихся, в т.ч. нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;

- отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;

- готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких учебных задач, как:

- Формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;

- выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

В структуре курса ОБЖ 5-7 класса отсутствуют разделы 2 и 3 «Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций», «Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации». Основная идея курса – безопасность во время активного отдыха, внутреннего и выездного туризма, при следовании к месту отдыха наземным, воздушным и водным транспортом, а также выживание в условиях вынужденной автономии в природе.

Целями изучения курса является формирование:

- культуры безопасности жизнедеятельности;

- убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;

- установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

- понимания необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;

- знаний основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного характера;

- знаний и умений применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- умений оказать первую помощь пострадавшим;

- умений предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;

- умений принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Для усвоения основных знаний применяются следующие **формы обучения** учащихся на уроке: общеклассная, групповая, парная, индивидуальная.

Методы обучения:

- Словесные (рассказ, беседа, лекция с элементами беседы);
- Наглядные (демонстрация плакатов, учебных видео роликов, электронных презентаций. материальной базы);
- Эвристические – (саморазвитие учащихся, активная познавательная деятельность);
- Практические (отрабатывание нормативов, решение теоретических и практических задач).

По программе на изучение курса ОБЖ в 5-7 классов общее число часов, рекомендованных для изучения ОБЖ на уровне основного общего образования, – 102 часов: в 5 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 6 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 7 классе – 34 часа (1 час в неделю)

Содержание курса

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

Введение:

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Что такое здоровый образ жизни, природные и техногенные ситуации. Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя Почему нужно знать свой организм. Особенности организма человека. Какие системы органов есть у человека. За что отвечают системы органов, их характеристика. Укрепление нервной системы: что нервная система «любит», чего нервная система «не любит». Тренировка сердца. Развитие дыхательной системы, дыхательные упражнения для утренней гимнастики. Правильное рациональное питание: умеренность, сбалансированность, разнообразие, своевременность. Виды углеводов («медленные», «быстрые»), их влияние на организм и здоровье человека. Пирамида сбалансированного питания. Здоровье органов чувств. Сохранение зрения. Слух, обоняние, вкус. Как вести здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье: условия жизни, образ жизни, врождённые особенности, качество медицинского обслуживания. Организованность и здоровье. Организованность и планирование своей жизни — условия сохранения здоровья. Чистота — залог здоровья. Правила личной гигиены. Тщательно вымытые овощи и фрукты как условие сохранения здоровья.

Движение — это жизнь. Положительное влияние физкультуры на организм человека. Комплекс упражнений для развития движений. Программа повышения уровня своей физической подготовки. Закаливание как условие сохранения здоровья. Значение закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Правила закаливания. Компьютер и здоровье. Отрицательное влияние работы с компьютером на здоровье человека: усталость, перевозбуждение, ухудшение зрения, отрицательное эмоциональное состояние, «синдром круглой спины». Правила безопасного пользования компьютером. Упражнения, которые снимают усталость при работе с компьютером. Мой безопасный дом Поддержание чистоты и порядка в доме. Мыши, крысы, тараканы — животные не домашние! Распространение грызунами и тараканами опасных инфекционных заболеваний.

Чистота — одно из условий борьбы с грызунами и тараканами. Соблюдение правил при проведении хозяйственных работ (мытьё посуды, уборка комнат). Дела домашние: техника безопасности. Проявление осторожности, предусмотрительности при проведении хозяйственных работ (работа с клеем, молотком, пилой и пр.). Правила поведения при появлении запаха газа, при пожаре. Безопасное электричество и газ. Правила использования электроприборов; условия возникновения коротких замыканий, пожаров; получение ожогов и травм. Правила безопасного пользования газом.

Школьная жизнь Дорожное движение в населённом пункте. Выбор пути. Безопасная дорога в школу. Поведение на улицах и дорогах. Знание адреса школы, названия ближайших остановок транспорта. Участники дорожного движения: пассажиры, пешеходы, водители. Соблюдение Правил дорожного движения — условие сохранения жизни и здоровья. Необходимость внимательного отношения к дорожной обстановке, оценка дорожной ситуации. Знаки дорожного движения: предупреждающие, запрещающие, предписывающие. «Дорожные ловушки». Правила передвижения на регулируемых и нерегулируемых перекрёстках и улицах. Правила поведения пешехода и пассажира. Правила поведения в школе. Общие правила поведения в школьном помещении и на территории школы. Поведение на уроках, переменах, в столовой, раздевалке и других школьных помещениях. Общение со сверстниками. Поведение в школе, которое может привести к беде. Устранение конфликтов. Заболевший ученик в школе. Помощь заболевшему сверстнику. Ориентировка в школьных помещениях. Меры предупреждения пожара, правила эвакуации, правила поведения при пожаре. На игровой площадке Подготовка к прогулке: выбор обуви и одежды. Поведение на игровой площадке. Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием, при езде на велосипеде, роликовых коньках и пр. Зимние игры. Безопасность катания на санках и ледянках. Предусмотрительность и осторожность во время игр. Особенности поведения

на игровой площадке при условии близости игровой зоны для самых маленьких детей. Правила проведения спортивных игр (футбол, волейбол, хоккей и др.) при небольших размерах игровой площадки и близости дороги или шоссе. Оказание первой помощи при ушибах, вывихах, переломах. Животные на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой. Способность определить её настроение по позе и поведению. Предусмотрительность и осторожность. Первая помощь при укусе собаки. На природе Ориентирование на местности. Что такое ориентир. Ориентирование по компасу, Солнцу, часам, Полярной звезде, местным признакам. Измерение расстояния на местности. Опасности, которые могут встретиться в природе. Общие правила поведения в лесу, на водоёме. Правила поведения при экстремальных ситуациях (потеря ориентиров на незнакомой местности и др.). Правила поведения при встрече с опасными животными (насекомые, змеи, звери). Действия человека, которого укусила оса (клещ, змея). Опасности, которые таит вода. Выбор места для купания и его оценка. Правила безопасного поведения на воде при купании, катании на лодке. Оценка состояния льда в осеннее и весеннее время года. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные препятствия. Предусмотрительность и осторожность во время преодоления водных препятствий.

Туристский поход: радость без неприятностей Подготовка к походу. Правила организации безопасного туристского похода. Подбор снаряжения, сбор продуктов питания. Одежда и обувь для похода. Правила упаковки рюкзака. Спальный мешок. Походная аптечка. Список лечебных препаратов, необходимых в походе. Режим дня в многодневном походе. Правила организации режима дня туриста: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий и игр. Походная еда, правила её приготовления. Когда человек сам себе враг Вредные привычки, их пагубное влияние. Алкоголь. Вред алкоголя для здоровья, умственной деятельности, поведения человека. Особая опасность приёма алкоголя в подростковом возрасте. Курение. Вред курения для здоровья. Особая опасность курения в подростковом возрасте. Медицинские знания и умения: упражнения при простуде и влажном кашле; первая помощь при отравлении; аллергия и её влияние на организм человека; если в глаз попала соринка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (глисты, дизентерия, педикулёз). Правила закаливания. Условия безопасной работы за компьютером. Приёмы осторожного обращения с клеем при проведении домашних хозяйственных работ. Первая помощь при отравлении газом. Симптомы сотрясения мозга, действия в случае подозрения на сотрясение мозга; остановка кровотечения из носа. Правила поведения заболевшего. Помощь при ожогах, отравлении угарным газом. Способы снятия усталости. Предупреждение простудных

заболеваний. Первая помощь при подозрении на переломы и вывихи. Первая помощь при укусе собаки. Первая помощь при укусе насекомых, змей, клещей. Ядовитые растения и грибы. Помощь при отравлении грибами. Оказание первой помощи при солнечном ударе, утоплении, судороге. Первая помощь при потёртости кожи. Лечение ожогов в туристском походе. Практические работы Способы тренировки дыхательной системы (дыхательные упражнения); проверка степени загрязнения воды; режим питания подростков; овладение приёмами тренировки глаз; выполнение физических упражнений; индивидуальная программа закаливания; правила безопасного пользования компьютером; выбор безопасного пути из дома в школу; оценка дорожной ситуации; правила дорожного движения; обсуждение ситуаций, связанных с поведением в школе; репетиция эвакуации из помещения школы при возникновении пожара; первая помощь при лёгких травмах; овладение навыком работы с компасом; определение сторон света по солнцу; определение сторон света по местным признакам; измерение расстояний на местности; приёмы искусственного дыхания; отличительные признаки ядовитых для человека грибов

6 класс

Раздел I. Безопасность человека в природных условиях – 24

Глава 1. Подготовка к активному отдыху на природе - 6

Природа и человек. Общение с живой природой – естественная потребность человека для развития своих духовных и физических качеств. Активный отдых на природе и необходимость подготовки к нему.

Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.

Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака. Разведение костра. Определение необходимого снаряжения для похода.

Глава 2. Активный отдых на природе и безопасность - 5

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.

Обеспечение безопасности в пешеходных и горных походах. Порядок движения походных групп. Выбор линии движения в пешем путешествии. Режим и порядок дня похода.

Преодоление водных препятствий.

Подготовка и проведение лыжных походов, одежда и обувь туриста-лыжника, подбор и подготовка лыж. Организация движения, организация ночлегов Меры безопасности в лыжном походе.

Водные походы. Подготовка к водному путешествию. Возможные аварийные ситуации в водном походе. Обеспечение безопасности на воде.

Велосипедные походы, Особенности организации велосипедных походов.
Обеспечение безопасности туристов в велосипедных походах.

Глава 3. Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности - 6

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных климатических условиях. Акклиматизация к холодному климату. Акклиматизация к жаркому климату. Акклиматизация в горной местности.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземным видам транспорта (автомобильным, железнодорожным).

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным или воздушным видами транспорта.

Глава 4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде - 4

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия.

Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. Сооружение временного укрытия из подручных средств. Добывание огня, обеспечение водой и пищей. Подача сигналов бедствия.

Глава 5. Опасные ситуации в природных условиях - 4

Опасные погодные условия и способы защиты от них.

Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.

Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни – 10

Глава 6. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи –

Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях.

Оказание первой помощи при травмах. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге. Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых. Здоровый образ жизни и профилактика переутомления.

7 класс

Раздел I. Основы комплексной безопасности

Тема 1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера.

Различные природные явления и причины их возникновения. Строение оболочки земли: литосфера, атмосфера, гидросфера и биосфера. Круговорот веществ и энергии в географической оболочке. Общая характеристика природных явлений. Природные явления геологического, метеорологического, гидрологического, биологического и космического

происхождения, их характеристика, возникновение опасности для жизнедеятельности человека.

Опасные и чрезвычайные ситуации. Общие понятия и определения. ЧС природного характера.

Тема 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их причины и последствия.

Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия.

Геологические процессы, происходящие в литосфере Земли, в результате которых возникают землетрясения. Очаг, магнитуда, эпицентр, интенсивность землетрясения. Возможные последствия землетрясений. Основные районы на территории России, где вероятность землетрясений велика.

Основные принципы защиты населения от землетрясений. Комплекс мероприятий, проводимых по защите населения от последствий землетрясений. Разработка способов повышения устойчивости зданий и сооружений, а также защита от воздействия сейсмических волн. Организация оповещения населения. Обучение населения правилам безопасного поведения в сейсмоопасных районах. Организация аварийно-спасательных работ.

Правила безопасного поведения населения при землетрясении в различных ситуациях: если землетрясение застало вас дома, на улице, в школе. Правила безопасного поведения после землетрясения.

Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле. Типы вулканов: действующие, дремлющие и потухшие, их характеристики, причины и предвестники их извержений. Последствия извержения вулканов. Образование лавовых потоков, вулканических грязевых потоков, выпадение твердых вулканических продуктов, образование палящей вулканической тучи, выделение вулканических газов.

Организация защиты населения от последствий извержения вулканов.

Оползни, причины их возникновения. Классификация оползней по занимаемой ими площади. Последствия оползней. Организация защиты населения от последствий оползней. Рекомендации населению по действиям при угрозе возникновения оползня.

Обвалы и снежные лавины, их причины и последствия. Организация защиты населения от последствий обвалов и снежных лавин. Рекомендации населению по действиям при угрозе обвалов и схода снежных лавин.

Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения, их причины и последствия

Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия. Циклоны - причина возникновения ураганов и бурь, их строение, скорость перемещения.

Последствия ураганов и бурь. Характеристика разрушительной силы ураганов и бурь. Шкала Бофорта, определяющая силу ветра. Воздействие ветра на окружающую среду.

Мероприятия по защите населения от последствий ураганов и бурь. Организация непрерывного наблюдения за состоянием атмосферы. Прогноз возникновения циклонов, их перемещение и возможные последствия. Организация оповещения населения об угрозе ураганов и бурь. Рекомендации населению по правилам поведения при получении штормового оповещения о приближении урагана или бури.

Смерч, основные понятия и определения. Характеристики смерча, разрушительная сила смерча и его возможные последствия. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время смерча.

Тема 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения, их причины и последствия

Наводнения, виды наводнений и их причины. Природные явления гидрологического происхождения, вызывающие наводнения.

Возможные последствия наводнений. Основные мероприятия, проводимые по защите населения от последствий наводнений. Прогнозирование наводнений, строительство защитных сооружений, оповещение населения, организация эвакуации и спасательных работ, подготовка населения к действиям при угрозе и во время наводнения. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения.

Сели и их характеристика, причины возникновения селей, их последствия. Защита населения от селевых потоков. Рекомендации населению, проживающему в селеопасных районах.

Цунами и их характеристика. Причины возникновения цунами, их возможные последствия. Организация защиты населения от последствий цунами. Подготовка населения к безопасному при угрозе возникновения цунами, во время цунами и после него.

Тема 5. Чрезвычайные ситуации биологического происхождения, их причины и последствия

Лесные и торфяные пожары, виды пожаров, классификация и их характеристика. Последствия лесных и торфяных пожаров для населения и окружающей среды.

Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения от лесных пожаров. Общие рекомендации по безопасному поведению при нахождении вблизи очага пожара в лесу.

Инфекционные болезни человека, причины их возникновения. Классификация инфекционных болезней по способу передачи инфекции от больного человека к здоровому.

Эпидемия, ее характеристика, опасность для населения. Эпидемический процесс и факторы, его определяющие. Противоэпидемические мероприятия и защита населения.

Характеристика некоторых наиболее распространенных инфекционных заболеваний и их профилактика. Комплекс мероприятий, проводимых для защиты населения от массовых инфекционных заболеваний. Правила личной гигиены для профилактики инфекционных заболеваний.

Инфекционные болезни животных и растений. Причины их возникновения, краткая характеристика. Противоэпизоотические и противоэпифитотические мероприятия.

Раздел – II. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Тема 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения и защита населения.

Защита населения от последствий землетрясения. Последствия извержения вулканов и защита населения. Защита населения от оползней.

Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения и защита населения.

Защита населения от ураганов и бурь.

Р- III Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ.

Тема 6 Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность

Роль нравственных позиций и личных качеств подростков в формировании антитеррористического поведения

Терроризм и экстремизм их причины и последствия

Как действовать в опасных ситуациях, связанных с проявлением экстремизма и терроризма

Раздел IV. Основы здорового образа жизни

Тема 7. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека.

Психологическая уравновешенность, ее значение в формировании системы здорового образа жизни и обеспечения личной безопасности. Качества, необходимые для повышения уровня психологической уравновешенности. Психологическая уравновешенность и умение завести друзей.

Общие понятия и определения стресса. Стресс и стадии развития общего адаптационного синдрома. Влияние стресса на состояние здоровья человека. Содержание общих принципов борьбы со стрессом.

Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте. Особенности развития организма человека в подростковом возрасте. Физическое развитие, индивидуальные особенности внешнего облика человека. Различия в развитии мальчиков и девочек. Соблюдение правил личной гигиены в подростковом возрасте. Особенности психического развития человека в подростковом возрасте. Формирование основных качеств взрослого человека.

Тема 8. Первая медицинская помощь и правила ее оказания (практические занятия).

Общие понятия и определения первой медицинской помощи, доврачебной помощи, первой врачебной помощи. Общий порядок действий при оказании первой медицинской помощи.

Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении: при незначительных ранах, при сильном кровотечении. Оказание первой медицинской помощи при артериальном и венозном кровотечении.

Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах.

Общие правила транспортировки пострадавшего.

Планируемые образовательные результаты.

На конец *5 класса* ученик научится и получит возможность научиться:

Личностные результаты обучения:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в опасных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;

- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;

- формирование потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Предметные результаты обучения:

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;

- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;

- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;

- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;

- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- умение оказать первую помощь пострадавшим;

- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;

- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Метапредметные результаты обучения (УУД):

Регулятивные УУД:

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

Познавательные УУД:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

Коммуникативные УУД:

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

На конец *6 класса* ученик научится и получит возможность научиться:

Личностные результаты обучения:

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

Предметные результаты обучения:

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Метапредметные результаты обучения (УУД):

Регулятивные УУД:

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

Познавательные УУД:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать

причинно- следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

Коммуникативные УУД:

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Тематическое планирование на 6 класс

№ раздела и темы	Наименование раздела и темы	Количество часов
		Разделы и темы
Модуль 1.	Основы безопасности личности, общества, и государства	25
I	Основы комплексной безопасности.	25
1	Подготовка к активному отдыху на природе	6
2	Активный отдых на природе и безопасность.	5
3	Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности	6
4	Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природе	4
5	Опасные ситуации в природных условиях	4
Модуль 2.	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	10
V	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.	4
6	Первая помощь при неотложных состояниях	4
IV	Основы здорового образа жизни	5
7	Здоровый образ жизни и факторы, на него влияющие	5
Всего часов		34

7 класс

№ модуля раздела, Темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов
М – I	Основы безопасности личности, общества и государства	24
Р- I	Основы комплексной безопасности	16
Тема 1	Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера	3
Тема 2	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их причины и последствия	4
Тема 3	Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения,	2

	их причины и последствия	
Тема 4	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения	4
Тема 5	Чрезвычайные ситуации биологического происхождения, их причины и последствия	3
Р – II	Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций	8
Тема 2	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения и защита населения	3
Тема 3	Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения и защита населения	1
Тема 4	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения и защита населения	3
Тема 5	Чрезвычайные ситуации биологического происхождения и защита населения	1
Р- III	Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ.	4
Тема 6	Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму	4
М – II	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	6
Р- IV	Основы здорового образа жизни.	3
Тема 7	Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека	3
Р- V	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.	4
Тема 8	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях	4
Всего часов:		34

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

№ п/п	Раздел, тема урока	Кол-во часов	Учебная неделя
1	Необходимость изучения предмета ОБЖ	1	
2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища	1	
3	Символическое изображения правил обж	1	
4	Организм человека как единое целое.	1	
5	Функции разных систем органов тела.	1	
6	По чему нужно знать свой организм.	1	
7	Укрепление нервной системы,	1	

	тренировка сердца, дыхательной системы.		
8	Принципы рационального питания	1	
9	Первая помощь при отравлении и пищевой аллергии	1	
10	Правила бережного отношения к органам чувств	1	
11	Факторы, влияющие на здоровье.	1	
12	Организованность и здоровье.	1	
13	Гигиенические процедуры младшего подростка.		
14	Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши)	1	
15	Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.	1	
16	Закаливание	1	
17	Правила безопасного пользования компьютером.	1	
18	Виды занятий, снимающих утомление	1	
19	Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте.	1	
20	Правила уборки квартиры и мытья посуды.	1	
21	Животные и насекомые, распространяющие инфекцию в доме (мыши, тараканы, клопы).	1	
22	Техника безопасности в доме.	1	
23	Первая помощь при ушибах, при отравлении клеем, его парами, газом и при поражении током	1	
24	Школьная жизнь начинается с дороги.	1	
25	Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения.	1	
26	Дорожное движение в населённом пункте и за городом	1	
27	Безопасная дорога	1	
28	Выбор безопасного пути в школу.	1	
29	Правила поведения на дорогах и улицах.	1	
30	Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира в разных видах транспорта	1	
31	Общие правила поведения в школьном помещении и во дворе школы.	1	

32	Поведение на занятиях, переменах, вовремя передвижения по школе, в столовой.	1	
33	Безопасное общение.	1	
34	Первая помощь при сотрясении мозга, ушибах и кровотечениях.	1	
всего	34		

6 класс

№	Дата		Тема урока	Кол-во часов
	По плану	По факту		
Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (25 ч)				
Раздел 1. Основы комплексной безопасности (25 ч)				
Тема 1. Подготовка к активному отдыху на природе (6 ч)				
1			Природа и человек.	
2			Ориентирование на местности.	
3			Определение своего местонахождения и направления движения на местности.	
4			Подготовка к выходу на природу.	
5			Определение места для бивака и организация бивачных работ.	
6			Определение необходимого снаряжения для похода.	
Тема 2. Активный отдых на природе и безопасность (5 ч)				
7			Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.	
8			Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности.	
9			Подготовка и проведение лыжных походов.	
10			Водные походы и обеспечение безопасности на воде.	
11			Велосипедные походы и безопасность туристов.	
Тема 3. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности (6 ч)				
12			Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме.	
13			Акклиматизация человека в различных климатических условиях.	

14			Акклиматизация человека в горной местности.	
15			Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.	
16			Обеспечение личной безопасности на водным транспорте	
17			Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте	
Тема 4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде (4 ч)				
18			Автономное существование человека в природе	
19			Добровольная автономия человека в природной среде.	
20			Вынужденная автономия человека в природной среде.	
21			Обеспечение жизнедеятельности человека при автономном существовании.	
Тема 5. Опасные ситуации в природных условиях (4 ч)				
22			Опасные погодные явления.	
23			Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.	
24			Укусы насекомых и защита от них	
25			Клещевой энцефалит и его профилактика.	
Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 ч)				
Раздел 4. Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи (4 ч)				
Тема 6. Первая помощь при неотложных состояниях (4 ч)				
26			Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях	
27			Оказание первой помощи при травмах.	
28			Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге.	
29			Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых	
Раздел 5. Основы здорового образа жизни (5 ч)				
Тема 7. Здоровый образ жизни и факторы, на него влияющие (5ч)				
30			Здоровый образ жизни и профилактика переутомления.	

31			Компьютер и его влияние на человека.	
32			Влияние окружающей среды на здоровье человека.	
33			Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.	
34			Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека.	

7 класс

№ урока	Номер раздела, темы	Тема урока	Кол-во часов на тему	Д/З	Примечание	Дата
1.		Различные природные явления и причины их возникновения.	1			
2.		Общая характеристика природных явлений	1			
3.		Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера	1			
4.		Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия.	1			
5.		Правила безопасного поведения населения	1			
6.		Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле	1			
7.		Обвалы и снежные лавины	1			
8.		Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия	1			
9.		Смерчи	1			
10.		Наводнения. Виды наводнений и их причины	1			
11.		Рекомендации населению по действиям при угрозе и во	1			

		время наводнения				
12.		Сели и их характеристика	1			
13.		Цунами и их характеристика	1			
14.		Лесные и торфяные пожары и их характеристика.	1			
15.		Эпидемии	1			
16.		. Эпизоотии и эпифитотии	1			
17.		Защита населения от последствий землетрясений	1			
18.		Последствия извержения вулканов. Защита населения.	1			
19.		Оползни, их последствия, защита населения	1			
20.		Защита населения от последствий ураганов и бурь	1			
21.		Защита населения от последствий наводнений	1			
22.		Защита населения от селевых потоков	1			
23.		Защита населения от цунами	1			
24.		Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения	1			
25.		Психологическая уравновешенность	1			
26.		Стресс и его влияние на человека	1			
27.		Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте	1			
28.		Формирование личности подростка при взаимоотношениях со взрослыми	1			
29.		Формирование личности во взаимоотношениях со сверстниками	1			
30.		Формирование взаимоотношений со	1			

		сверстниками				
31.		Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних.	1			
32.		Общие правила оказания первой медицинской помощи	1			
33.		Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении	1			
34.		Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах	1			
		Всего часов:	34			

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Оценка качества подготовки выпускников средней (полной) школы по основам безопасности жизнедеятельности / авт.-сост. Г. А. Колодницкий, В. Н. Латчук, В. В. Марков, С. К. Миронов, Б. И. Мишин, М. И. Хабнер. - М.: Дрофа, 2012;
2. Ваши шансы избежать беды: учеб. пособие / Сб. ситуационных задач по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» / авт.-сост. В. К. Емельяничик, М. Е. Капитонова. - СПб.: КАРО, 2010.
3. *Пономарев В.* Дети и терроризм: методическое обеспечение учебно-воспитательного процесса // ОБЖ. Основы безопасности жизни. - 2010. - № 3. - С. 13-18.
4. Правила пожарной безопасности: тесты для проверки знаний учащихся / авт.-сост. Н. И. Колесник; ред. Н. А. Горохова, Н. В. Зырянова; - Екатеринбург: ИРРО, 2003. - 19 с.
5. *Репин Ю. В.* Основы безопасности человека в экстремальных ситуациях: учебное пособие. - Екатеринбург, 2005. - 105 с.: ил. - (Семейная школа)
6. В настоящей рабочей программе реализованы требования федеральных законов:
 - «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
 - «Об охране окружающей природной среды»;
 - «О пожарной безопасности»;

- «О гражданской обороне»;
 - «О безопасности дорожного движения» и др.
7. Аршинова В.В. Классные часы и беседы для старшеклассников по профилактике наркомании:Методическое пособие. - М.: ТЦ Сфера, 2004.
 8. Латчук В.Н., Марков В.В. Методическое пособие «ОБЖ» (5-7 классы). - Москва, Дрофа, 2000.
 9. Павлова О.В., Попова Г.П. Пожарная безопасность: конспекты занятий и классных часов в 5-7 классах. — Волгоград: Учитель, 2006.

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

1. Учебник. А.Т. Смиронов, Б.О. Хренников. Основы Безопасности Жизнедеятельности 6 класс. —М, №«Просвещение» 2013.
2. Кирьянов В.Н. Методическое пособие «Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма». - Москва, Третий Рим, 2011.
3. Кононова И.В. Сценарии по пожарной безопасности. - М.: Айрис-пресс, 2010.