

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Саратовской области

Администрация Октябрьского района МО "Город Саратов"

МОУ "СОШ № 7"

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

Гришина Е.В.

Протокол №1

от «29» августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УР

Гоцева Е.В.

Протокол ПС №1

от «30» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Трофимова И.В.

Приказ № 312

от «31» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

для обучающихся 5-7 классов

Саратов 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа по ОБЖ для 5, 6, 7 классов разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, на основе Примерной программы по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности».

В рабочей программе реализованы требования Конституции Российской Федерации, Стратегии национальной безопасности Российской Федерации и 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.

Структурно компоненты программы представлены двумя учебными модулями: 1 - "Основы безопасности личности, общества, государства", 2 - "Основы медицинских знаний и здорового образа жизни" и пятью разделами: "Основы комплексной безопасности", "Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций", "Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации", "Основы здорового образа жизни", "Основы медицинских знаний и оказание первой помощи".

Программа по ОБЖ позволяет реализовать собственный подход в части структурирования учебного материала, определения последовательности изучения этого материала. Таким образом, программа содействует сохранению единого образовательного пространства, не сковывая творческой инициативы учителей, представляет широкие возможности для реализации различных подходов к построению учебного курса.

Программа выполняет две основные функции.

1. Информационно-методическая функция позволяет всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития учащихся средствами данного учебного предмета.
2. Организационно-планирующая функция предусматривает выделение этапов обучения, структурирование учебного материала по учебным модулям, разделам и темам с учетом меж предметных и внутри предметных связей, логики учебного процесса и возрастных особенностей обучающихся. Основное общее образование — вторая ступень общего образования. Одной из важнейших задач этого этапа является подготовка обучающихся к осознанному и ответственному выбору жизненного и профессионального пути. Обучающиеся должны научиться самостоятельно ставить цели и

определять пути их достижения, использовать приобретенный в школе опыт деятельности в реальной жизни, в том числе и за рамками учебного процесса.

Цели основного общего образования:

- 1) формирование целостного представления о мире, основанного на приобретенных знаниях, умениях и способах деятельности;
- 2) приобретение опыта разнообразной деятельности, опыта познания и самопознания;
- 3) подготовка к осуществлению осознанного выбора индивидуальной образовательной или профессиональной траектории.

Общие цели изучения ОБЖ призваны способствовать:

- повышению уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формированию антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечению профилактики асоциального поведения учащихся.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких учебных задач, как:

- формирование у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- воспитание антитеррористического поведения и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Структура программы

Программа включает восемь разделов:

1. Пояснительную записку.
2. Общую характеристику предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».
3. Описание места предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в учебном плане.

4. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».
5. Содержание предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».
6. Тематическое планирование.
7. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса.
8. Планируемые результаты реализации предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

Общая характеристика курса

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.

Курс предназначен для:

формирования у учащихся основных понятий об опасных и чрезвычайных ситуациях в повседневной жизни, об их последствиях для здоровья и жизни человека;

выработки у них сознательного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности окружающих;

приобретения учащимися способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных и угрожающих жизни условиях и умения адекватно реагировать на различные опасные ситуации с учётом своих возможностей;

формирования у учащихся антиэкстремистского и антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков.

Для усвоения основных знаний применяются **следующие формы, методы обучения:**

формы обучения учащихся на уроке: общеклассная, групповая, парная, индивидуальная;

Методы обучения:

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

ФОРМЫ КОНТРОЛЯ:

- фронтальный опрос;
- проверочная работа;
- самостоятельная работа;
- практическая работа;
- тестовые задания

Средства контроля и оценки результатов обучения:

Все тестовые задания оцениваются:

- правильный ответ – 1 балл;

- отсутствие ответа или неправильный ответ – 0 баллов

Критерии оценивания:

«2» - менее 25% правильных ответов.

«3» - от 25% до 50% правильных ответов.

«4» - от 50% до 75% правильных ответов.

«5» - от 75% и более правильных ответов.

Оценка устных ответов обучающегося:

Ответ оценивается отметкой «5», если обучающийся:

- полно раскрыл содержание материала в объеме, предусмотренном программой и учебником;
- изложил материал грамотным языком в определенной логической последовательности, точно используя терминологию;
- показал умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации при выполнении практического задания;
- продемонстрировал усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость используемых при ответе умений и навыков;
- отвечал самостоятельно без наводящих вопросов учителя.

Возможны одна – две неточности при освещении второстепенных вопросов или выкладках, которые обучающийся легко исправил по замечанию учителя.

Ответ оценивается отметкой «4», если: он удовлетворяет в основном требованиям на отметку «5», но при этом имеет один из недостатков:

- в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие общего содержания ответа;
- допущены один или два недочета при освещении содержания ответа, исправленные по замечанию учителя;
- допущена ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, легко исправленные по замечанию учителя.

Отметка «3» ставится в следующих случаях:

- неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения программного материала (определенные «Требованиям к математической подготовке обучающегося»);
- имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, исправленные после нескольких вопросов;

Отметка «2» ставится в следующих случаях:

- не раскрыто основное содержание учебного материала;
- обнаружено незнание или непонимание обучающимся большей или наибольшей части материала;

Отметка «1» ставится, если:

- ученик обнаружил полное незнание и непонимание изучаемого материала или не ответил ни на один из поставленных вопросов по изучаемому материалу.

Место предмета в учебном плане

В соответствии с учебным планом муниципального общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа №7» Октябрьского района, г. Саратов для 5, 6 и 7 класса отводится по 1 час в неделю.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Планируемые образовательные результаты обучающихся.

Личностные результаты обучения:

1. усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;λ
2. формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;λ
3. воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;λ усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; λ
4. формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся 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;λ
5. формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике,

- учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
6. формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
 7. освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
 8. 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;
 9. формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
 10. формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
 11. осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
 12. формирование антиэкстремистского мышления и анти-террористического поведения, 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;λ

формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;λ

понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;λ

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;λ

понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;λ

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

формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;λ

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

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

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

умение оказать первую помощь пострадавшим;λ

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

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

Планируемые результаты изучения учебного предмета

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик 5 класса должен **знать**:

- понятия «безопасность», «опасная ситуация», «чрезвычайная ситуация»;
- главные правила ОБЖ;
- источники и зоны опасности современного города;
- сигналы оповещения;
- опасные ситуации в жилище (пожар, электричество, затопление, опасные вещества);
- чрезвычайные ситуации на транспорте;
- опасные ситуации криминального характера (дома, на улице, в общественных местах).

Ученик должен **уметь**:

- действовать при возникновении пожара в жилище, учебном учреждении и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
- соблюдать меры предосторожности и правила поведения на улицах и дорогах, в общественном транспорте;
- пользоваться бытовыми приборами;
- вести себя в криминогенных ситуациях и местах большого скопления людей;
- оказать первую помощь при укусах, отравлениях, ожогах, кровотечениях.

Кроме того, учащиеся должны **обладать компетенциями по использованию полученных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни для:**

- обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
- соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в общественном транспорте;
- пользования бытовыми приборами и инструментами; проявления бдительности при угрозе террористического акта;
- обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы.

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик 6-го класса **должен знать:**

потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;

основные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях;

систему взглядов, принятых в Российской Федерации, по обеспечению безопасности личности, общества и государства от всех видов угроз;

наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;

основные виды террористических актов, их цели и способы осуществления;

правила поведения при угрозе террористического акта;

государственную политику противодействия наркомании;

основные меры по профилактике наркомании.

Ученик 6-го класса *должен уметь*:

предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам;

принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций;

действовать при угрозе террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;

пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

Кроме того, учащиеся должны *обладать компетенциями* по использованию полученных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни для:

обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного

техногенного и социального характера;

подготовки и участия в различных видах отдыха в природных условиях;□

оказания первой медицинской помощи пострадавшим;□

выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни.

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик 7-го класса *должен знать*:

что такое опасность, опасная, экстремальная и чрезвычайная ситуации; потенциально опасные природные явления, приводящие к ЧС, и их классификацию. Причины возникновения наводнений, цунами, опасных метеорологических явлений; возникновения землетрясений. Причины возникновения лесных и торфяных пожаров. Профилактические мероприятия по предупреждению пожаров. Правила поведения при проявлении опасных природных явлений: снежная буря, гроза, гололед и гололедица и т.д. Существующую закономерность проявления наводнений, опасных метеорологических явлений, землетрясений и опасных геологических явлений в разных природных зонах России. Правила дорожного движения. Права и обязанности пешехода, пассажира. Знать, что такое рана, перелом кости. Знать элементарные гигиенические правила; правила поведения, позволяющие

избежать перегрева и обморожения организма. Знать факторы, разрушающие здоровье.

Ученик 7-го класса *должен уметь*:

анализировать и сопоставлять, делать выводы; выявлять причинно-следственные связи; принимать решения; применять знания, полученные на уроках географии; принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций; Уметь объяснять свои действия. Уметь накладывать элементарные бинтовые повязки, шину.

Метапредметными результатами обучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности является (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.

Содержание учебного предмета

5 класс

Модуль I. Основы безопасности личности, общества, государства.

Раздел 1. Основы комплексной безопасности.

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

- Пожарная безопасность.
- Безопасность на дорогах
- Безопасность в быту.
- Безопасность на водоёмах.
- Экология и безопасность
- Опасные ситуации социального характера.

Опасные и чрезвычайные ситуации. Главные правила ОБЖ. Особенности города (поселка) как среды обитания человека. Наличие зон повышенной опасности (транспорт, места массового скопления людей).

Современное жилище, его конструкция и особенности его жизнеобеспечения. Возможные ситуации аварийного характера в жилищах.

Пожар в жилище. Возможные причины возникновения пожаров (неполадки или нарушения правил эксплуатации электросети, возгорание телевизора, утечка газа, нарушение правил топки печей, нарушение правил эксплуатации нагревательных приборов, обращения с огнем и др.). Способы эвакуации. Средства пожаротушения и правила пользования ими. Подручные средства пожаротушения (вода, песок и др.), огнетушители, их типы. Угарный, бытовой газы.

Затопление жилища. Правила поведения при затоплении. Разрушение здания.

Опасные вещества в быту. Средства бытовой химии. Отравление ртутью, пестицидами, лекарствами, продуктами питания. Оказание первой медицинской помощи при отравлениях.

Общественный транспорт. Правила поведения участников дорожного движения. Дорожно-транспортные происшествия, причины их возникновения и возможные последствия. Правила поведения в аварийных ситуациях, первая помощь пострадавшим. Железнодорожный транспорт. Обеспечение безопасности пассажиров, правила поведения при их возникновении опасных ситуаций на железной дороге.

Водный транспорт. Меры по обеспечению безопасности пассажиров. Возможные чрезвычайные ситуации, способы покидания судна, правила поведения в чрезвычайных ситуациях.

Безопасное поведение на воде в разное время года.

Авиационный транспорт. Обеспечение безопасности при полетах самолетов. Правила безопасного поведения пассажира в различных опасных ситуациях (при взлете, посадке, возникновении пожара, вынужденной посадке).

Загрязнение воздуха, воды и почвы в местах проживания, возможные их причины.

Недоброкачественность продуктов питания и возможные опасности для здоровья. Шум, вибрация, радиоактивное загрязнение, компьютер, телевизор и опасности для здоровья.

Основные мероприятия по обеспечению безопасности человека при нарушении экологического равновесия в местах проживания (герметизация жилья, очистка воздуха в квартире, водоочистка, контроль за качеством продуктов и т.д.) и порядок их выполнения.

Раздел 2. Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций.

Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

Государственные и муниципальные системы обеспечения безопасности (милиция, пожарная охрана, скорая помощь и др.), их задачи и возможности.

Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

Экстремизм и терроризм - чрезвычайные опасности для общества и государства

Общая криминогенная ситуация в городе (поселке), районе проживания, наиболее характерные случаи ее проявления.

Возможные ситуации покушения на имущество и жилище, основные способы защиты жилища от проникновения посторонних. Правила поведения детей дома в различных криминогенных ситуациях.

Зоны повышенной криминогенной опасности (вокзалы, стадионы, рынки, киноконцертные залы, другие места массового скопления людей), правила поведения в криминогенной ситуации. Террористический акт. Правила поведения при обнаружении взрывного устройства, при угрозе взрыва, при захвате самолета террористами.

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел 4. Основы здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни и его составляющие.

Факторы разрушающие здоровье.

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.

Оказание первой помощи.

Первая помощь при неотложных состояниях.

Практические занятия по разделам.

Правила поведения и действия при пожаре. Правила использования противогазов.

Точка пальцевого прижатия артерий. Способы временной остановки кровотечений. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и закрутки из подручных средств. Правила оказания первой помощи при отравлениях и ожогах.

Проектная деятельность.

"Вода – формула жизни!" - проект. Разработка программы по сохранению чистой воды в водоёмах села.

"Пожары в жилище" - проект. Составление плана противопожарных мероприятий в школе и дома.

6 класс

Модуль I. Основы безопасности личности, общества, государства.

Раздел 1. Основы комплексной безопасности.

Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях.

Подготовка к активному отдыху на природе.

Активный отдых на природе и безопасность.

Дальний и международный туризм, меры безопасности.

Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде.

Опасные ситуации в природных условиях.

Опасные и экстремальные ситуации. Что к ним приводит? Как подготовиться к путешествию, чтобы избежать опасных ситуаций. Причины, мешающие успешно справиться с экстремальной ситуацией. Влияние климата на человека. Акклиматизация в условиях жаркого климата. Акклиматизация в северных районах. Общие правила успешной акклиматизации. Если ты отстал от группы. Если ты заблудился в лесу. Авария транспортного средства в безлюдной местности. Способы подачи сигналов бедствия. Ориентирование по компасу. Ориентирование по компасу. Движение по азимуту. Ориентирование по Солнцу, Луне, звёздам. Ориентирование по местным признакам. Как находить дорогу к жилью. Устройство временных укрытий. Добывание огня, разведение костра. Обеспечение бытовых потребностей. Обеспечение водой. Организация питания. Личная гигиена, уход за одеждой и обувью. Возможные опасности в пути и меры по их предупреждению.

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел 4. Основы здорового образа жизни.

Здоровье человека и факторы, на него влияющие

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.

Общие принципы оказания самопомощи. Общие принципы оказания первой помощи пострадавшему. Аптечка, природные лекарственные средства. Потёртости и мозоли. Ссадины и порезы. Закрытые травмы. Опасные животные. Отравления. Первая помощь утопающему. Основные приёмы оживления - реанимации. Заболевания глаз, удаление инородных тел из глаза, уха, носа. Переноска пострадавшего без носилок.

Практические занятия по разделам.

Действие в экстремальной ситуации в природе. Ориентирование по компасу. Движение по азимуту. Порядок действий в опасных ситуациях. Некоторые виды узлов и способы их вязки. Аптечка, природные лекарственные средства.

Правила оказания первой медицинской помощи при травмах, укусах и других несчастных случаях. Переноска пострадавшего без носилок.

7 класс

Модуль I. Основы безопасности личности, общества, государства.

Раздел 1. Основы комплексной безопасности.

Чрезвычайные ситуации природного характера, обеспечение безопасности населения

Наводнения. Ураганы, бури, смерчи. Землетрясения. Цунами. Обвалы, оползни, сели. Лесные и торфяные пожары. Чрезвычайные ситуации биологического происхождения. Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии. ЧС природного характера и защита населения от их последствий. Понятие наводнения, их классификация. Поражающие факторы и мероприятия по защите от наводнений. Действия при угрозе и во время наводнений. Основные понятия, классификация и причины возникновения ураганов, бурь, смерчей. Поражающие факторы и последствия ураганов, бурь, смерчей. Меры по обеспечению безопасности. Правила поведения и действия населения при угрозе возникновения и во время ураганов, бурь, смерчей. Действия во время ураганов, бурь, смерчей. Обеспечение безопасности дорожного движения. Понятие землетрясения, причины возникновения и их классификация. Основные характеристики землетрясений, их последствия. Меры по снижению потерь и ущерба. Правила безопасного поведения во время землетрясения. Понятие цунами, причины возникновения и основные характеристики. Последствия воздействия цунами и меры обеспечения безопасности. Действия населения при угрозе цунами. Обвалы, оползни, сели. Основные понятия, параметры и причины возникновения. Поражающие факторы. Мероприятия по предупреждению обвалов, оползней, селей и меры по снижению ущерба от них. Правила поведения и действия во время оползней, селей, обвалов. Понятие лесных и торфяных пожаров, их классификация и причины возникновения. Поражающие факторы и возможные последствия лесных и торфяных пожаров, их профилактика. Тушение лесных и торфяных пожаров. Правила безопасного поведения и действия при природных пожарах. Чрезвычайные ситуации биологического происхождения. Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии. Общие рекомендации по поведению при опасных явлениях природы. Правила поведения и действия при грозе. Способы вязки узлов. Социально-криминальные ситуации и безопасность человека.

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел 4. Основы здорового образа жизни. *Человек и его здоровье. Факторы, разрушающие здоровье.*

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.

Ранения и травмы. Первая помощь при ранениях. Правила наложения повязок. Правила наложения жгута. Наложение стерильных повязок. Помощь при переломах. Тепловые и солнечные удары, обморожение. Помощь при

поражении электрическим током, молнией. Отработка правил оказания первой медицинской помощи при переломах. Эвакуация пострадавших. Способы без носилочного переноса пострадавших. Без носилочный перенос при эвакуации пострадавших. Правила оказания первой медицинской помощи.

Практические занятия по разделам.

Действия при угрозе и во время наводнений. Действия во время ураганов, бурь, смерчей. Правила поведения и действия во время оползней, селей, обвалов. Правила безопасного поведения и действия при природных пожарах. Способы вязки узлов. Правила наложения жгута. Наложение стерильных повязок. Отработка правил оказания первой медицинской помощи при переломах. Без носилочный перенос при эвакуации пострадавших. Правила оказания первой медицинской помощи.

Тематический план

5 класс

№ п/п	Наименование модулей, разделов и тем	Кол-во часов	
		Раздел	Тема
	Модуль I. Основы безопасности личности, общества, государства.	30	
	Раздел 1. Основы комплексной безопасности	25	
1	<i>Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни</i>		25
	Пожарная безопасность.		3
	Безопасность на дорогах		5
	Безопасность в быту.		8
	Безопасность на водоёмах.		2
	Экология и безопасность		5
	Опасные ситуации социального характера.		2
	Раздел 2. Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций	3	
2	<i>Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций.</i>		3
	Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	2	
3	<i>Экстремизм и терроризм - чрезвычайные опасности для общества и государства</i>		2
	Модуль II. Здоровый образ жизни и оказание первой помощи	4	
	Раздел 4. Основы здорового образа жизни.	2	
4	<i>Здоровый образ жизни и его составляющие</i>		1
5	<i>Факторы разрушающие здоровье.</i>		1
	Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.	2	
6	<i>Оказание первой помощи</i>		1

7	<i>Первая помощь при неотложных состояниях</i>		<i>1</i>
	Итого	34	

6 класс

№ п/п	Наименование модулей, разделов и тем	Кол-во часов	
		Раздел	Тема
	Модуль I. Основы безопасности личности, общества, государства.	23	
	Раздел 1. Основы комплексной безопасности	23	
1	<i>Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях.</i>		
	Подготовка к активному отдыху на природе.		1
	Активный отдых на природе и безопасность.		2
	Дальний и международный туризм, меры безопасности.		3
	Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде.		15
	Опасные ситуации в природных условиях.		2
	Модуль II. Здоровый образ жизни и оказание первой помощи	12	
	Раздел 4. Основы здорового образа жизни.	2	
2	<i>Здоровье человека и факторы, на него влияющие</i>		2
	Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.	10	
3	<i>Общие принципы оказания самопомощи и первой помощи пострадавшему.</i>		2
4	<i>Аптечка, природные лекарственные средства.</i>		1
5	<i>Потёртости и мозоли. Ссадины и порезы.</i>		1
6	<i>Закрытые травмы.</i>		1
7	<i>Отравления. Первая помощь утопающему. Основные приёмы оживления — реанимации. Тепловые и солнечные удары, обморожения.</i>		2
8	<i>Заболевания глаз, удаление инородных тел из глаза, уха, носа</i>		1

9	<i>Правила оказания первой медицинской помощи при травмах, укусах и других несчастных случаях. Переноска пострадавшего без носилок.</i>		2
	Итого	35	

Тематический план

7 класс

№ п/п	Наименование модулей, разделов и тем	Кол-во часов	
		Раздел	Тема
	Модуль I. Основы безопасности личности, общества, государства.	24	
	Раздел 1. Основы комплексной безопасности	24	
1	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, обеспечение безопасности. <i>Чрезвычайные ситуации природного характера, обеспечение безопасности населения</i>		23
	<i>Наводнения.</i>		4
	<i>Ураганы, бури, смерчи. Землетрясения.</i>		8
	<i>Цунами. Обвалы, оползни, сели.</i>		5
	<i>Лесные и торфяные пожары.</i> <i>Чрезвычайные ситуации биологического происхождения.</i> <i>Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии.</i>		6
	Современный комплекс проблем безопасности		1
	Модуль II. Здоровый образ жизни и оказание первой помощи	11	
	Раздел 4. Основы здорового образа жизни.	2	
2	<i>Человек и его здоровье. Факторы, разрушающие здоровье.</i>		2
	Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.	9	
3	<i>Ранения и травмы. Первая помощь при ранениях</i>		1
4	<i>Правила наложения повязок.</i>		1
5	<i>Правила наложения жгута. Наложение стерильных повязок.</i>		1
6	<i>Помощь при переломах.</i>		1

7	<i>Тепловые и солнечные удары, обморожение. Помощь при поражении электрическим током, молнией.</i>		<i>1</i>
8	<i>Отработка правил оказания первой медицинской помощи при переломах.</i>		<i>1</i>
9	<i>Эвакуация пострадавших. Способы без носилочного переноса пострадавших</i>		<i>1</i>
10	<i>Без носилочный перенос при эвакуации пострадавших. Правила оказания первой медицинской помощи.</i>		<i>2</i>
	Итого	35	

Календарно-тематическое (поурочное) планирование

5 класс (34ч)

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата	
			По плану	фактически
1	Опасные и чрезвычайные ситуации.	1		
2	Главные правила ОБЖ.	1		
3	Как научиться выявлять и предвидеть опасность.	1		
4	Какие службы защищают население. Какие сигналы оповещают нас об опасностях.	1		
5	Опасности в городе и в сельской местности.	1		
6	Опасные ситуации в жилище.	1		
7	Пожары в жилище	1		
8	Оповещение при пожаре и эвакуация	1		
9	Средства тушения пожаров.	1		
10	Отработка действий в условиях проявления пожара. Правила действий с огнетушителем. <i>Практическое занятие.</i>	1		
11	Опасные газы.	1		
12	Затопление жилища.	1		

13	Разрушения зданий.	1		
14	Опасные вещества в быту. Проверочная работа.	1		
15	Опасные ситуации на дорогах.	1		
16	Безопасность в общественном и личном транспорте.	1		
17	Правила поведения в метро.	1		
18	Правила поведения на железно-дорожном транспорте.	1		
19	Как уберечься от опасностей на воде и водном транспорте.	1		
20	Опасный лёд.	1		
21	Аварийные ситуации на воздушном транспорте.	1		
22	Криминальные ситуации. Как защитить свой дом.	1		
23	Криминальные ситуации на улице и в других общественных местах. Как защитить себя при угрозе террористического акта.	1		
24	Нарушение экологического равновесия..	1		
25	За чистый воздух!	1		
26	Правила пользования противогазом, отработка нормативов. <i>Практическое занятие.</i>	1		

27	Вода – формула жизни!	1		
28	Загрязнение почвы.	1		
29	Продукты под контролем.	1		
30	Безопасный компьютер.	1		
31	Проверочная работа	1		
32	Первая медицинская помощь при различных видах повреждений.	1		
33	Помощь при кровотечениях отравлениях и ожогах. <i>Практическое занятие.</i>	1		
34	Правила здорового образа жизни.	1		
35	Факторы разрушающие здоровье.	1		

Календарно-тематическое (поурочное) планирование

6 класс (35 ч)

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Дата	
			По плану	Фактически
1	Опасные и экстремальные ситуации. Что к ним приводит?	1		
2	Как подготовиться к путешествию, чтобы избежать опасных ситуаций	1		
3	Причины, мешающие успешно справиться с экстремальной ситуацией	1		
4	Влияние климата на человека.	1		
5	Общие правила успешной акклиматизации	1		
6	Действие в экстремальной ситуации в природе. <i>Практическое занятие.</i>	1		
7	Обеспечение безопасности дорожного движения.	1		
8	Если ты отстал от группы	1		
9	Если ты заблудился в лесу Авария транспортного средства в безлюдной местности	1		
10	Способы подачи сигналов бедствия	1		
11	Ориентирование по компасу	1		

12	Ориентирование по компасу. Движение по азимуту. <i>Практическое занятие.</i>	1		
13	Ориентирование по Солнцу, Луне, звёздам	1		
14	Ориентирование по местным признакам. Проверочная работа.	1		
15	Как находить дорогу к жилью	1		
16	Устройство временных укрытий	1		
17	Добывание огня, разведение костра	1		
18	Обеспечение бытовых потребностей	1		
19	Обеспечение водой	1		
20	Организация питания	1		
21	Личная гигиена, уход за одеждой и обувью	1		
22	Возможные опасности в пути и меры по их предупреждению	1		
23	Порядок действий в опасных ситуациях. Некоторые виды узлов и способы их вязки. <i>Практическое занятие.</i>	1		
24	Общие принципы оказания самопомощи	1		
25	Общие принципы оказания первой помощи пострадавшему	1		

26	Аптечка, природные лекарственные средства. <i>Практическое занятие.</i>	1		
27	Потёртости и мозоли. Ссадины и порезы	1		
28	Закрытые травмы. Ушибы. Растяжения и разрывы связок. Вывихи. Сдавления. Переломы	1		
29	Опасные животные. Отравления	1		
30	Первая помощь утопающему. Основные приёмы оживления — реанимации. Тепловые и солнечные удары, обморожения	1		
31	Заболевания глаз, удаление инородных тел из глаза, уха, носа	1		
32	Правила оказания первой медицинской помощи при травмах, укусах и других несчастных случаях. Переноска пострадавшего без носилок. <i>Практическое занятие</i>	1		
33	Проверочная работа	1		
34	Здоровье человека и факторы, на него влияющие	2		

Календарно-тематическое (поурочное) планирование

7 класс (35ч)

№ п /п	Тема урока	Кол-во часов	Дата	
			По плану	Фактически
1	Введение. ЧС природного характера и защита населения от их последствий.	1		
2	Понятие наводнения, их классификация.	1		
3	Поражающие факторы и мероприятия по защите от наводнений.	1		
4	Действия при угрозе и во время наводнений. <i>Практическое занятие.</i>	1		
5	Основные понятия, классификация и причины возникновения ураганов, бурь, смерчей .	1		
6	Поражающие факторы и последствия ураганов, бурь, смерчей.	1		
7	Меры по обеспечению безопасности. Правила поведения и действия населения при угрозе возникновения и во время ураганов, бурь, смерчей	1		
8	Действия во время ураганов, бурь, смерчей. <i>Практическое занятие.</i>	1		

9	Обеспечение безопасности дорожного движения.	1		
10	Понятие землетрясения, причины возникновения и их классификация.	1		
11	Основные характеристики землетрясений, их последствия. Меры по снижению потерь и ущерба	1		
12	Правила безопасного поведения во время землетрясения. <i>Проверочная работа.</i>	1		
13	Понятие цунами, причины возникновения и основные характеристики.	1		
14	Последствия воздействия цунами и меры обеспечения безопасности. Действия населения при угрозе цунами.	1		
15	Обвалы, оползни, сели. Основные понятия, параметры и причины возникновения.	1		
16	Поражающие факторы. Мероприятия по предупреждению обвалов, оползней, селей и меры по снижению ущерба от них.	1		
17	Правила поведения и действия во время оползней, селей, обвалов. <i>Практическое занятие.</i>	1		
18	Понятие лесных и торфяных пожаров, их классификация и причины возникновения.	1		

19	Поражающие факторы и возможные последствия лесных и торфяных пожаров, их профилактика.	1		
20	Тушение лесных и торфяных пожаров. Правила безопасного поведения и действия при природных пожарах. <i>Практическое занятие.</i>	1		
21	<i>Чрезвычайные ситуации биологического происхождения.</i> <i>Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии.</i>	1		
22	<i>Общие рекомендации по поведению при опасных явлениях природы. Правила поведения и действия при грозе.</i>	1		
23	<i>Способы вязки узлов. Практическое занятие.</i>	1		
24	<i>Социально-криминальные ситуации и безопасность человека.</i>	1		
25	Ранения и травмы. Первая помощь при ранениях.	1		
26	Правила наложения повязок.	1		
27	Правила наложения жгута. Наложение стерильных повязок. <i>Практическое занятие.</i>	1		
28	Помощь при переломах.	1		
29	Тепловые и солнечные удары, обморожение. Помощь при поражении электрическим током, молнией.	1		

30	Отработка правил оказания первой медицинской помощи при переломах. <i>Практическое занятие.</i>	1		
31	Эвакуация пострадавших. Способы безносилочного переноса пострадавших.	1		
32	Безносилочный перенос при эвакуации пострадавших. Правила оказания первой медицинской помощи. <i>Практическое занятие.</i>	1		
33	Проверочная работа.	1		
34	Человек и его здоровье.	1		
35	Факторы, разрушающие здоровье.	1		

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

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

Кабинет предназначен для проведения занятий с учащимися по курсу, самостоятельной подготовки школьников. Он включает класс, в котором проводятся занятия по курсу и дисциплине. Лаборантская комната отсутствует.

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

Средствами оснащения ОБЖ являются:

1. Учебно-методическая, нормативная и правовая литература.
2. Аудиоаппаратура, видеоаппаратура
3. Средства программного обучения и контроля знаний.
4. Стенды, плакаты.
5. Средства индивидуальной защиты органов дыхания (противогазы) .
6. Компасы.
7. Бинты марлевые.
8. Жгуты кровоостанавливающие.
9. Аудиовизуальные пособия (учебные видеофильмы).

Интернет-ресурсы:

- Министерство образования РФ: <http://www.ed.gov.ru/>; <http://www.edu.ru/>.
- МЧС России: <http://www.mchs.gov.ru/>
- Министерство обороны РФ: <http://mil.ru/>
- ГИБДД МВД России: <http://www.gibdd.ru/>
- Официальная Россия (сервер органов государственной власти Российской Федерации): <http://www.rsnet.ru/>
- Издательский дом «Первое сентября»: podpiska@1september.ru
- Собрание законодательства Российской Федерации:
<http://www.jurizdat.ru/editions/official/lcrf>