


**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и молодежной политики Свердловской области**  
**Управление образования Администрации городского округа Сухой Лог**  
**МАОУ СОШ № 5**

РАССМОТРЕНО

Руководитель МО

  
Николаева О.Е.

Приказ № 1  
от «20» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

  
Кузнецова В.В.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

  
Попова И.Г.

Приказ № 91-ОД  
от «21» августа 2024 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 4695119)

**учебного предмета «Основы безопасности и защиты Родины»**

для обучающихся 5-7 классов

Разработчик:  
Черников Алексей Александрович  
Преподаватель-организатор ОБЗР  
(допризывной подготовки)  
первая квалификационная категория

городской округ Сухой Лог  
2024

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа по основам безопасности и защиты Родины (далее – ОБЗР) разработана на основе Концепции преподавания учебного предмета «Основы безопасности и защиты Родины» (утверждена Решением Коллегии Министерства просвещения Российской Федерации, протокол от 24 декабря 2018 г. № ПК-1вн), требований к результатам освоения программы основного общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте (далее – ФГОС) основного общего образования (утверждён приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287) с учётом распределённых по модулям проверяемых требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования по учебному предмету ОБЗР, федеральной рабочей программы воспитания.

Настоящая Программа обеспечивает:

ясное понимание обучающимися современных проблем безопасности и формирование у подрастающего поколения базового уровня культуры безопасного поведения;

прочное усвоение обучающимися основных ключевых понятий, обеспечивающих преемственность изучения основ комплексной безопасности личности на следующем уровне образования;

возможность выработки и закрепления у обучающихся умений и навыков, необходимых для последующей жизни;

выработку практико-ориентированных компетенций, соответствующих потребностям современности;

реализацию оптимального баланса межпредметных связей и их разумное взаимодополнение, способствующее формированию практических умений и навыков.

В Программе содержание учебного предмета ОБЗР структурно представлено десятью модулями (тематическими линиями), обеспечивающими непрерывность изучения предмета на уровне основного общего образования и преемственность учебного процесса на уровне среднего общего образования:

модуль № 1 «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»;

модуль № 2 «Безопасность в быту»;

модуль № 3 «Безопасность на транспорте»;

модуль № 4 «Безопасность в общественных местах»;

модуль № 5 «Безопасность в природной среде»;

модуль № 6 «Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний»;

модуль № 7 «Безопасность в социуме»;

модуль № 8 «Безопасность в информационном пространстве»;

модуль № 9 «Основы противодействия экстремизму и терроризму»;

модуль №10 «Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения».

В целях обеспечения системного подхода в изучении учебного предмета ОБЖ на уровне основного общего образования Программа предполагает внедрение универсальной структурно-логической схемы изучения учебных модулей (тематических линий) в парадигме безопасной жизнедеятельности: «предвидеть опасность → по возможности её избегать → при необходимости действовать». Учебный материал систематизирован по сферам возможных проявлений рисков и опасностей: помещения и бытовые условия; улица и общественные места; природные условия; коммуникационные связи и каналы; объекты и учреждения культуры и пр.

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ И ЗАЩИТЫ РОДИНЫ»**

Появлению учебного предмета ОБЗР способствовали колоссальные по масштабам и последствиям техногенные катастрофы, произошедшие на территории нашей страны в 80-е годы XX столетия: катастрофа теплохода «Александр Суворов» в результате столкновения с пролётом Ульяновского моста через Волгу (5 июня 1983 г.), взрыв четвёртого ядерного реактора на Чернобыльской АЭС (26 апреля 1986 г.), химическая авария с выбросом аммиака на производственном объединении «Азот» в г. Ионаве (20 марта 1989 г.), взрыв двух пассажирских поездов под Уфой в результате протечки трубопровода и выброса сжиженной газовой-бензиновой смеси (3 июня 1989 г.). Государство столкнулось с серьёзными вызовами, в ответ на которые требовался быстрый и адекватный ответ. Пришло понимание необходимости скорейшего внедрения в сознание граждан культуры безопасности жизнедеятельности, формирования у подрастающего поколения модели индивидуального безопасного поведения, стремления осознанно соблюдать нормы и правила безопасности в повседневной жизни. В связи с этим введение в нашей стране обучения основам безопасности жизнедеятельности явилось важным и принципиальным достижением как для отечественного, так и для мирового образовательного сообщества.

В условиях современного исторического процесса с появлением новых глобальных и региональных природных, техногенных, социальных вызовов и угроз безопасности России (критичные изменения климата, негативные медико-биологические, экологические, информационные факторы и другие условия жизнедеятельности) возрастает приоритет вопросов безопасности, их значение не только для самого человека, но также для общества и государства. При этом центральной проблемой безопасности жизнедеятельности остаётся сохранение жизни и здоровья каждого человека.

В данных обстоятельствах колоссальное значение приобретает качественное образование подрастающего поколения россиян, направленное на формирование гражданской идентичности, воспитание личности безопасного типа, овладение знаниями, умениями, навыками и компетенцией для обеспечения безопасности в повседневной жизни. Актуальность совершенствования учебно-методического обеспечения учебного процесса по предмету ОБЗР определяется системообразующими документами в области безопасности: Стратегия национальной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400), Доктрина информационной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 5 декабря 2016 г. № 646), Национальные цели развития Российской Федерации на период до 2030 года (Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474), Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» (Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 г. № 1642).

Современный учебный предмет ОБЗР является системообразующим, имеет свои дидактические компоненты во всех без исключения предметных областях и реализуется через приобретение необходимых знаний, выработку и закрепление системы взаимосвязанных навыков и умений, формирование компетенций в области безопасности, поддержанных согласованным изучением других учебных предметов. Научной базой учебного предмета ОБЗР является общая теория безопасности, исходя из которой он должен обеспечивать формирование целостного видения всего комплекса проблем безопасности, включая глобальные, что позволит обосновать оптимальную систему обеспечения безопасности личности, общества и государства, а также актуализировать для обучающихся построение адекватной модели индивидуального безопасного поведения в повседневной жизни, сформировать у них базовый уровень культуры безопасности жизнедеятельности.

В настоящее время с учётом новых вызовов и угроз подходы к изучению учебного предмета ОБЗР несколько скорректированы. Он входит в предметную область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности», является обязательным для изучения на уровне основного общего образования. Изучение ОБЗР направлено на обеспечение формирования базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности, что способствует

выработке у обучающихся умений распознавать угрозы, избегать опасности, нейтрализовывать конфликтные ситуации, решать сложные вопросы социального характера, грамотно вести себя в чрезвычайных ситуациях. Такой подход содействует закреплению навыков, позволяющих обеспечивать защиту жизни и здоровья человека, формированию необходимых для этого волевых и морально-нравственных качеств, предоставляет широкие возможности для эффективной социализации, необходимой для успешной адаптации обучающихся к современной техно-социальной и информационной среде, способствует проведению мероприятий профилактического характера в сфере безопасности.

## **ЦЕЛЬ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ И ЗАЩИТЫ РОДИНЫ»**

Целью изучения учебного предмета ОБЗР на уровне основного общего образования является формирование у обучающихся базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:

- способность построения модели индивидуального безопасного поведения на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин, механизмов возникновения и возможных последствий различных опасных и чрезвычайных ситуаций, знаний и умений применять необходимые средства и приемы рационального и безопасного поведения при их проявлении;
- сформированность активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного безопасного поведения в интересах безопасности личности, общества и государства;
- знание и понимание роли государства и общества в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

## **МЕСТО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Изучение учебного предмета ОБЗР предусматривается в течение двух лет, в 5,6,7 классах по 1 часу в неделю. Всего на изучение предмета ОБЗР отводится 102 часа, из них по 34 часа в каждом классе.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **Модуль № 1 «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»:**

цель и задачи учебного предмета ОБЗР, его ключевые понятия и значение для человека;

смысл понятий «опасность», «безопасность», «риск», «культура безопасности жизнедеятельности»;

источники и факторы опасности, их классификация;

общие принципы безопасного поведения;

виды чрезвычайных ситуаций, сходство и различия опасной, экстремальной и чрезвычайной ситуаций;

уровни взаимодействия человека и окружающей среды;

механизм перерастания повседневной ситуации в чрезвычайную ситуацию, правила поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях.

### **Модуль № 2 «Безопасность в быту»:**

основные источники опасности в быту и их классификация;

защита прав потребителя, сроки годности и состав продуктов питания;  
бытовые отравления и причины их возникновения, классификация ядовитых веществ и их опасности;

признаки отравления, приёмы и правила оказания первой помощи;

правила комплектования и хранения домашней аптечки;

бытовые травмы и правила их предупреждения, приёмы и правила оказания первой помощи;

правила обращения с газовыми и электрическими приборами, приёмы и правила оказания первой помощи;

правила поведения в подъезде и лифте, а также при входе и выходе из них;

пожар и факторы его развития;

условия и причины возникновения пожаров, их возможные последствия, приёмы и правила оказания первой помощи;

первичные средства пожаротушения;

правила вызова экстренных служб и порядок взаимодействия с ними, ответственность за ложные сообщения;

права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности;

ситуации криминального характера, правила поведения с малознакомыми людьми;

меры по предотвращению проникновения злоумышленников в дом, правила поведения при попытке проникновения в дом посторонних;

классификация аварийных ситуаций в коммунальных системах жизнеобеспечения;

правила подготовки к возможным авариям на коммунальных системах, порядок действий при авариях на коммунальных системах.

### **Модуль № 3 «Безопасность на транспорте»:**

правила дорожного движения и их значение, условия обеспечения безопасности участников дорожного движения;

правила дорожного движения и дорожные знаки для пешеходов;

«дорожные ловушки» и правила их предупреждения;

световозвращающие элементы и правила их применения;

правила дорожного движения для пассажиров;

обязанности пассажиров маршрутных транспортных средств, ремень безопасности и правила его применения;

порядок действий пассажиров при различных происшествиях в маршрутных транспортных средствах, в том числе вызванных террористическим актом;

правила поведения пассажира мотоцикла;

правила дорожного движения для водителя велосипеда и иных индивидуальных средств передвижения (электросамокаты, гироскутеры, моноколёса, сигвеи и т. п.), правила безопасного использования мототранспорта (мопедов и мотоциклов);

дорожные знаки для водителя велосипеда, сигналы велосипедиста;

правила подготовки велосипеда к пользованию.

### **Модуль № 4 «Безопасность в общественных местах»:**

общественные места и их характеристики, потенциальные источники опасности в общественных местах;

правила вызова экстренных служб и порядок взаимодействия с ними;

массовые мероприятия и правила подготовки к ним, оборудование мест массового пребывания людей;

порядок действий при беспорядках в местах массового пребывания людей;

порядок действий при попадании в толпу и давку;

порядок действий при обнаружении угрозы возникновения пожара;

порядок действий при эвакуации из общественных мест и зданий;

опасности криминогенного и антиобщественного характера в общественных местах, порядок действий при их возникновении;

порядок действий при обнаружении бесхозных (потенциально опасных) вещей и предметов, а также в условиях совершения террористического акта, в том числе при захвате и освобождении заложников;

порядок действий при взаимодействии с правоохранительными органами.

#### **Модуль № 5 «Безопасность в природной среде»:**

чрезвычайные ситуации природного характера и их классификация;

правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними;

порядок действий при укусах диких животных, змей, пауков, клещей и насекомых;

различия съедобных и ядовитых грибов и растений, правила поведения, необходимые для снижения риска отравления ядовитыми грибами и растениями;

автономные условия, их особенности и опасности, правила подготовки к длительному автономному существованию;

порядок действий при автономном существовании в природной среде;

правила ориентирования на местности, способы подачи сигналов бедствия;

общие правила безопасного поведения на водоёмах, правила купания в подготовленных и неподготовленных местах;

порядок действий при обнаружении тонущего человека;

правила поведения при нахождении на плавсредствах;

правила поведения при нахождении на льду, порядок действий при обнаружении человека в полынье.

#### **Модуль № 6 «Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний»:**

смысл понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни», их содержание и значение для человека;

факторы, влияющие на здоровье человека, опасность вредных привычек;

элементы здорового образа жизни, ответственность за сохранение здоровья;

понятие «инфекционные заболевания», причины их возникновения;

механизм распространения инфекционных заболеваний, меры их профилактики и защиты от них;

порядок действий при возникновении чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения (эпидемия, пандемия);

мероприятия, проводимые государством по обеспечению безопасности населения при угрозе и во время чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения;

понятие «неинфекционные заболевания» и их классификация, факторы риска неинфекционных заболеваний;

меры профилактики неинфекционных заболеваний и защиты от них;

диспансеризация и её задачи;

понятие «первая помощь» и обязанность по её оказанию, универсальный алгоритм оказания первой помощи;

назначение и состав аптечки первой помощи;

порядок действий при оказании первой помощи в различных ситуациях, приёмы психологической поддержки пострадавшего.

#### **Модуль № 7 «Безопасность в социуме»:**

общение и его значение для человека, способы организации эффективного и позитивного общения;

приёмы и правила безопасной межличностной коммуникации и комфортного взаимодействия в группе, признаки конструктивного и деструктивного общения;

манипуляции в ходе межличностного общения, приёмы распознавания манипуляций и способы противостояния им;

приёмы распознавания противозаконных проявлений манипуляции (мошенничество, вымогательство, подстрекательство к действиям, которые могут причинить вред жизни и здоровью, и вовлечение в преступную, асоциальную или деструктивную деятельность) и способы защиты от них;

современные молодёжные увлечения и опасности, связанные с ними, правила безопасного поведения;

правила безопасной коммуникации с незнакомыми людьми.

#### **Модуль № 8 «Безопасность в информационном пространстве»:**

понятие «цифровая среда», её характеристики и примеры информационных и компьютерных угроз, положительные возможности цифровой среды;

риски и угрозы при использовании Интернета;

общие принципы безопасного поведения, необходимые для предупреждения возникновения сложных и опасных ситуаций в личном цифровом пространстве;

основные виды опасного и запрещённого контента в Интернете и его признаки, приёмы распознавания опасностей при использовании Интернета;

противоправные действия в Интернете;

правила цифрового поведения, необходимого для предотвращения рисков и угроз при использовании Интернета (кибербуллинг, вербовки в различные организации и группы).

#### **Модуль № 9 «Основы противодействия экстремизму и терроризму»:**

понятия «экстремизм» и «терроризм», их содержание, причины, возможные варианты проявления и последствия;

цели и формы проявления террористических актов, их последствия, уровни террористической опасности;

основы общественно-государственной системы противодействия экстремизму и терроризму, контртеррористическая операция и её цели;

признаки вовлечения в террористическую деятельность, правила антитеррористического поведения;

признаки угроз и подготовки различных форм терактов, порядок действий при их обнаружении;

правила безопасного поведения в условиях совершения теракта;

порядок действий при совершении теракта (нападение террористов и попытка захвата заложников, попадание в заложники, огневой налёт, наезд транспортного средства, подрыв взрывного устройства).

#### **Модуль № 10 «Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения»:**

классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её задачи, структура, режимы функционирования;

государственные службы обеспечения безопасности, их роль и сфера ответственности, порядок взаимодействия с ними;

общественные институты и их место в системе обеспечения безопасности жизни и здоровья населения;

права, обязанности и роль граждан Российской Федерации в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций;

антикоррупционное поведение как элемент общественной и государственной безопасности;

информирование и оповещение населения о чрезвычайных ситуациях, система ОКСИОН;

сигнал «Внимание всем!», порядок действий населения при его получении, в том числе при авариях с выбросом химических и радиоактивных веществ;

средства индивидуальной и коллективной защиты населения, порядок пользования фильтрующим противогазом;

эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций, порядок действий населения при объявлении эвакуации.



# ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

## ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Настоящая программа чётко ориентирована на выполнение требований, устанавливаемых ФГОС к результатам освоения основной образовательной программы (личностные, метапредметные и предметные), которые должны демонстрировать обучающиеся по завершении обучения в основной школе.

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 (волонтёрство, 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, исключающего 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 чело-века, 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 (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы);

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 ОБЗР, 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 и 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**

Метапредметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся межпредметных понятий (используются в нескольких предметных областях и позволяют связывать знания из различных дисциплин в целостную научную картину мира) и универсальных учебных действий (познавательные, коммуникативные, регулятивные); способность их использовать в учебной, познавательной и социальной практике. Выражаются в готовности к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории; овладению навыками работы с информацией: восприятие и создание информационных текстов в различных форматах, в том числе в цифровой среде.

Метапредметные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны отражать:

#### **1. Овладение универсальными познавательными действиями.**

##### Базовые логические действия:

выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);

устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;

с учётом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях; предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;

выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;

выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов; делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;

самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учётом самостоятельно выделенных критериев).

Базовые исследовательские действия:

формулировать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между рассматриваемым и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) повседневной жизни;

обобщать, анализировать и оценивать получаемую информацию, выдвигать гипотезы, аргументировать свою точку зрения, делать обоснованные выводы по результатам исследования;

проводить (принимать участие) небольшое самостоятельное исследование заданного объекта (явления), устанавливать причинно-следственные связи;

прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, а также выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

Работа с информацией:

применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учётом предложенной учебной задачи и заданных критериев;

выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;

находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;

самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;

оценивать надёжность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;

эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Овладение системой универсальных познавательных действий обеспечивает сформированность когнитивных навыков обучающихся.

**2. Овладение универсальными коммуникативными действиями.**

Общение:

уверенно высказывать свою точку зрения в устной и письменной речи, выражать эмоции в соответствии с форматом и целями общения, определять предпосылки возникновения конфликтных ситуаций и выстраивать грамотное общение для их сглаживания;

распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков и намерения других, уважительно, в корректной форме формулировать свои взгляды;

сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;

в ходе общения задавать вопросы и выдавать ответы по существу решаемой учебной задачи, обнаруживать различие и сходство позиций других участников диалога;

публично представлять результаты решения учебной задачи, самостоятельно выбирать наиболее целесообразный формат выступления и готовить различные презентационные материалы.

Совместная деятельность (сотрудничество):

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной учебной задачи;

планировать организацию совместной деятельности (распределять роли и понимать свою роль, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, подчиняться, выделять общую точку зрения, договариваться о результатах);

определять свои действия и действия партнёра, которые помогали или затрудняли нахождение общего решения, оценивать качество своего вклада в общий продукт по заданным

участниками группы критериям, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчёта перед группой.

Овладение системой универсальных коммуникативных действий обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

### **3. Овладение универсальными учебными регулятивными действиями.**

#### Самоорганизация:

выявлять проблемные вопросы, требующие решения в жизненных и учебных ситуациях;  
аргументированно определять оптимальный вариант принятия решений, самостоятельно составлять алгоритм (часть алгоритма) и способ решения учебной задачи с учётом собственных возможностей и имеющихся ресурсов;

составлять план действий, находить необходимые ресурсы для его выполнения, при необходимости корректировать предложенный алгоритм, брать ответственность за принятое решение.

#### Самоконтроль (рефлексия):

давать адекватную оценку ситуации, предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, и вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств;

объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретённому опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;

оценивать соответствие результата цели и условиям.

#### Эмоциональный интеллект:

управлять собственными эмоциями и не поддаваться эмоциям других, выявлять и анализировать их причины;

ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого, регулировать способ выражения эмоций.

#### Принятие себя и других:

осознанно относиться к другому человеку, его мнению, признавать право на ошибку свою и чужую;

быть открытым себе и другим, осознавать невозможность контроля всего вокруг.

Овладение системой универсальных учебных регулятивных действий обеспечивает формирование смысловых установок личности (внутренняя позиция личности) и жизненных навыков личности (управления собой, самодисциплины, устойчивого поведения).

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Предметные результаты характеризуют сформированностью у обучающихся основ культуры безопасности жизнедеятельности и проявляются в способности построения и следования модели индивидуального безопасного поведения и опыте её применения в повседневной жизни.

Приобретаемый опыт проявляется в понимании существующих проблем безопасности и усвоении обучающимися минимума основных ключевых понятий, которые в дальнейшем будут использоваться без дополнительных разъяснений, приобретении систематизированных знаний основ комплексной безопасности личности, общества и государства, индивидуальной системы здорового образа жизни, антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, овладении базовыми медицинскими знаниями и практическими умениями безопасного поведения в повседневной жизни.

Предметные результаты по предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» должны обеспечивать:

По учебному предмету «Основы безопасности и защиты Родины»:

1) сформированность культуры безопасности жизнедеятельности на основе освоенных знаний и умений, системного и комплексного понимания значимости безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций для личности, общества и государства;

2) сформированность социально ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключающего употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесения иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;

3) сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства;

4) понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств;

5) сформированность чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга – защите Отечества;

6) знание и понимание роли государства и общества в решении задачи обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального (в том числе террористического) характера;

7) понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространённых видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы);

8) овладение знаниями и умениями применять меры и средства индивидуальной защиты, приёмы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

9) освоение основ медицинских знаний и владение 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;

10) умение оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей;

11) освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания;

12) овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы).

Достижение результатов освоения программы основного общего образования обеспечивается посредством включения в указанную программу предметных результатов освоения модулей учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

### **Формы контроля и оценка результатов обучения.**

#### **Формы контроля:**

1. Тестовые задания (7- 15 мин);
2. Устный опрос (7-15 мин);
4. Контрольные и самостоятельные работы (промежуточные и итоговые).

#### **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 40% правильных ответов.
- «3» - от 40% до 60% правильных ответов.
- «4» - от 60% до 80% правильных ответов.
- «5» - от 80% 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

### **Материально-техническое обеспечение.**

#### **Учебно-методическая литература:**

- Конституция Российской Федерации;
- Правила дорожного движения Российской Федерации;
- Учебно-практическое пособие «Основы медицинских знаний». В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова;
- Туризм и спортивное ориентирование. Л.А. Вяткин, Е.В. Сидорчук, Д.Н. Немытов;
- Сборник методических материалов «Культура безопасности жизнедеятельности»;
- Пособие для учителя «Обучение правилам дорожного движения. 5—7 классы»;
- Учебники по основам безопасности жизнедеятельности для учащихся 5—7 классов;
- Электронные образовательные издания (ЭОИ) по предмету ОБЖ на магнитных и оптических носителях.

#### **Технические средства обучения:**

- Мультимедийный проектор;
- Экран;

- Компьютер.

#### **Средства программного обучения и контроля знаний:**

- Компьютерные программы и пособия по учебному разделу «Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций»;
- Компьютерные программы и пособия по учебному разделу «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи»;
- Мультимедийная энциклопедия по действиям населения в чрезвычайных ситуациях;
- Компьютерное учебное пособие «Безопасность на улицах и дорогах»;
- Презентации по курсу ОБЖ.

#### **Макеты, муляжи, модели:**

- Макеты фильтрующих противогазов, респираторы;
- Макеты автоматов Калашникова;
- Макеты дозиметров;
- Макет простейшего убежища в разрезе».

#### **Стенды, плакаты:**

- Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС);
- Криминогенные ситуации;
- Землетрясения, оползни, сели, обвалы, ураганы, бури, смерчи;
- Правила поведения при землетрясениях;
- Пожары, взрывы;
- Наводнения и затопления;
- Правила оказания первой помощи;
- Противодействие терроризму и экстремизму в Российской Федерации;
- Плакаты (демонстрационные таблицы с методическими рекомендациями);
- Пожарная безопасность;
- Безопасность в быту;
- Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях;
- Безопасность на воде;
- Классификация чрезвычайных ситуаций по характеру источника возникновения;
- Правила безопасного поведения при землетрясении;
- Правила безопасного поведения при наводнении;
- Правила безопасного поведения при аварии на радиационно опасном объекте;
- Правила транспортировки пострадавших;
- Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций;
- Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи.

#### **Средства индивидуальной защиты**

- Средства защиты дыхания
- Ватно-марлевые повязки
- Противогазы (типа ГП-7, ПДФ-7) Средства защиты кожи
- Аптечка индивидуальная (типа АИ-2 и т. п.)
- Сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой помощи
- Бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 7 м x x 14 см
- Бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 5 м x x Ю см
- Шина фанерная длиной 1 м, 0,5м.
- Жгут кровоостанавливающий эластичный

#### **Аудиовизуальные пособия**

- Учебные видеofilьмы на цифровых носителях



- Средства индивидуальной защиты
- Средства коллективной защиты (убежища, укрытия, порядок устройства простейшего укрытия)
- Гидродинамические аварии
- Автономное существование человека в природных условиях
- Оползни, сели, обвалы
- Ураганы, бури, смерчи
- Наводнения
- Лесные и торфяные пожары
- Безопасность на улицах и дорогах
- Безопасность на воде
- Правила безопасного поведения при землетрясениях

## Тематическое планирование.

### Тематическое планирование ОБЗР 5 класс

№ п/п	Что пройдено на уроке	Кол-во часов, отводимых на освоение темы
1	Инструктаж по ОТ и ТБ №11-00 . Особенности города как среды обитания. Источники и зоны повышенной опасности в современном городе. Правила безопасного поведения в зонах повышенной опасности. Зоны повышенной опасности на территории вашего места жительства	1
2	Системы обеспечения безопасности города (милиция, пожарная охрана, «скорая помощь», служба спасения, коммунальные и другие службы). Правила вызова служб безопасности. Государственные, муниципальные (городские) и районные службы обеспечения безопасности.	1
3	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире). Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др.	1
4	Причины возникновения пожаров в жилых помещениях и их последствия. Меры пожарной безопасности в быту. Правила безопасного поведения при пожаре в доме . Способы эвакуации из горящего здания. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.	1
5	Затопление жилища. Причины затопления и возможные последствия. Правила поведения при затоплении жилища и меры по его предотвращению.	1
6	Правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами. Опасности, возникающие при нарушении правил обращения с электрическими и электронными приборами.	1
7	Правила безопасности при пользовании бытовым газом. Отравление бытовым газом, причины и последствия. Меры профилактики. Правила пользования газовыми приборами. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа.	1
8	Основы комплексной безопасности. Взрыв и обрушение дома. Захлопнулась дверь. Рекомендации по безопасному поведению.	1
9	Опасность толпы. Правила безопасного поведения при попадании в толпу. Правила безопасного поведения в местах массового скопления людей (на дискотеке, стадионе).	1
10	Правила безопасного обращения с животными. Что надо делать, если на вас напала собака. Одиравшие собаки и кошки как переносчики инфекционных заболеваний.	1
11	Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста.	1
12	Безопасное поведение пешеходов и пассажиров. Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.	1
13	Правила поведения на транспорте (наземном, в том числе железнодорожном, воздушном и водном), ответственность за их нарушения. Правила поведения в автобусе, трамвае, троллейбусе.	1
14	Железнодорожный транспорт. Как не пострадать от железнодорожного транспорта. Авиационный транспорт. Правила поведения в салоне самолёта.	1

1 5	Морской и речной транспорт Человек за бортом. Оказание первой помощи. Моделирование опасных ситуаций с помощью интерактивных 3d-моделей	1
1 6	Психологические основы самозащиты. Язык жестов. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них. Уверенное поведение.	1
1 7	Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера (квартира, улица, подъезд, лифт, карманная кража, мошенничество, самозащита покупателя). Элементарные способы самозащиты. Ситуации криминогенного характера в доме, подъезде. Способы самозащиты, меры предосторожности.	1
1 8	Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства. Как избежать опасных домогательств. Общая криминогенная обстановка в г. Сухой Лог и районе.	1
1 9	Правила поведения при захвате в заложники. Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников.	1
2 0	Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.. Повторение пройденного за курс 5 класса по ОБЖ	1
2 1	Изменение среды обитания человека. Загрязнение воды, воздуха. почвы. Сравнение среды обитания в разных местах региона	1
2 2	Фильтрующие противогазы. Средства индивидуальной защиты. Правила пользования ими. Практическое занятие "Определение размера (роста) шлем-маски и подготовка противогаза к работе.	1
2 3	Практическое занятие. Оказание первой помощи пострадавшему при некоторых видах повреждений.	1
2 4	Пользование противогазом. Практическое занятие. Надевание противогаза по команде «Газы».	1
2 5	Контрольная работа по теме "Безопасность и защита человека в среде обитания"	1
2 6	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи при разных видах ранений. Виды ранений и их причины. Признаки закрытых повреждений. Правила оказания первой помощи при различных видах ран.	1
2 7	Общая характеристика кровотечений. Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении.	1
2 8	Первая помощь при кровотечении. Практическое занятие. Оказание первой медицинской помощи при различных видах кровотечений.	1
2 9	Контрольная работа по теме «Основы медицинских знаний».	1
3 0	Основы здорового образа жизни. Движение и здоровье. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена).	1
3 1	Основы здорового образа жизни. Различные виды нарушения осанки и их причины.	1
3 2	Телевизор и компьютер – ваши друзья и враги. Основные правила пользования персональными компьютерами.	1
3 3	Развитие и изменение организма в вашем возрасте. Физическое и нравственное взросление организма	1
34	Правила безопасности в туристических походах и поездках. Применение тренажерных систем и виртуальных моделей, способных отображать объекты, не воспроизводимые в обычных условиях	1

### Тематическое планирование ОБЗР 6 класс

№ п/п	Что пройдено на уроке	Кол-во часов, отводимых на освоение темы
1	Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях. Правила поведения в автономных условиях.	1
2	Факторы и стрессоры выживания в природных условиях. Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой	1
3	Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них. Психологические основы выживания в природных условиях.	1
4	Страх — главный психологический враг. Элементарные способы самозащиты. Страх и его негативное влияние на человека в опасной ситуации. Паника и оцепенение как опасные состояния. Способы побороть страх. Как работа над собой повышает шансы выжить в экстремальных ситуациях. Систематическое воспитание воли	1
5	Подготовка к походу и поведение в природных условиях. Правила безопасности в туристических походах: соблюдение дисциплины, передвижение группой, внимательность, бережное отношение к природе, соблюдение границ полигона, поиск и запоминание ориентиров	1
6	Надежные одежда и обувь — важное условие безопасности. Изучение правил ухода за одеждой и обувью и правил личной гигиены.	1
7	Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях. Рекомендации по безопасному поведению.	1
8	Действия при потере ориентировки. Изучение факторов, мешающих успешно справиться с экстремальной ситуацией на природе, выработка умений определять последовательность действий в таких ситуациях.	1
9	Способы ориентирования и определение направления движения. Ориентирование по компасу, по собственной тени, по звездам, по часам. Ориентирование по местным признакам: таянию снега, густоте травы, влажности земли, строению муравейника, расположению мхов и т. д. Движение по азимуту с использованием двух ориентиров	1
10	Техника движения в природных условиях.	1
11	Акклиматизация человека в различных климатических условиях. Сооружение временного жилища, добывание и использование огня.	1
12	Обеспечение питанием и водой. Чувство голода и обеспечение питанием из резервов природы. Обеспечение водой из водоемов, снега, льда. Способы добывания воды, ее очистка и обеззараживание в условиях вынужденного автономного существования	1
13	Поиск и приготовление пищи. Изучение возможных способов поиска и добывания воды, её очистки и обеззараживания,	1

	добывания пищи в природе.	
14	Особенности лыжных, водных и велосипедных походов. Знакомство с правилами подготовки и проведения похода, подбора снаряжения, правилами обеспечения безопасности в походе, организации движения и ночлегов.	1
15	Безопасность на водоемах. Водоемы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. Моделирование ситуаций с помощью интерактивных 3d-моделей	1
16	Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них. Определение плана действия в каждой конкретной ситуации.	1
17	Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме. Понятие о дальнем и международном туризме. Факторы, влияющие на его безопасность (заболевания, травматизм, стихийные бедствия, политическая ситуация в стране пребывания и др.)	1
18	Акклиматизация в различных природно-климатических условиях. Изучение влияния опасных природных явлений на человека и способов защиты от них.	1
19	Коллективные и индивидуальные средства защиты. Устройство убежища, порядок его заполнения и правила поведения в нем. Что запрещено при нахождении в убежище. Как пользоваться поврежденным противогазом. Замена поврежденного противогаза на исправный в условиях зараженного воздуха	1
20	Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств. Правила безопасного поведения при захвате. Порядок действий во время операции по освобождению заложников	1
21	Взрывы в местах массового скопления людей. Места массового скопления людей. Проявление бдительности как мера предотвращения терактов. Признаки установки взрывного устройства. Правила безопасного поведения при непосредственной угрозе взрыва и после него	1
22	Средства оказания первой помощи. Аптечка первой помощи (походная). Комплектование походной аптечки лекарственными средствами и средствами оказания первой помощи. Использование лекарственных растений для оказания первой помощи	1
23	Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей. Первая помощь при укусе насекомых и змей.	1
24	Основы оказания первой помощи. Клещевой энцефалит и его профилактика.	1
25	Тепловой и солнечный удар. Овладение умениями оказывать первую медицинскую помощь при тепловом и солнечном ударе	1
26	Обморожения и общее охлаждение организма. Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении.	1
27	Бедствие на воде. Причины бедствий на воде. Признаки утопления. Оказание первой помощи при утоплении.	1
28	Закрытые травмы. Понятие о травме. Виды закрытых травм (ушиб, растяжение, разрыв, вывих, перелом, сдавление). Причины, вызывающие каждый вид травмы, признаки травм и оказание первой помощи.	1
29	Способы переноски пострадавших. Способы переноски (на шесте, носилках, в рюкзаке и др.). Изготовление переносных	1

	приспособлений.	
30	Правильное питание — основа здорового образа жизни. Значение белков, жиров и углеводов в питании человека	1
31	Значение белков, жиров и углеводов в питании человека. Белки, жиры и углеводы, их функция и содержащие их продукты. Витамины и их роль в развитии человека. Основные источники витаминов и минеральных веществ. Потребность подростка в воде.	1
32	Гигиена и культура питания. Основные гигиенические требования к питанию. Режим питания. Важность соблюдения культуры питания и основные правила этикета	1
33	Особенности подросткового возраста. Развитие и изменение организма в подростковом возрасте. Изменение поведения. Как отстаивать свою точку зрения. Взаимоотношения с родителями	1
34	Обобщающий урок по курсу ОБЖ. Контрольная работа	1

**Тематическое планирование ОБЗР 7 класс**

№ п/п	Что пройдено на уроке	КОЛ-ВО ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ ТЕМЫ
1	Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины, ураганы, бури, смерчи, сильный дождь (ливень), крупный град, гроза, сильный снегопад, сильный гололед, метели, снежные заносы, наводнения, половодье, сели, цунами, лесные, торфяные и степные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). и их классификация	1
2	Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них. Происхождение и классификация землетрясений. Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь	1
3	Правила безопасного поведения при землетрясениях. Рекомендации по безопасному поведению.	1
4	Общее понятие о вулканах. Понятие о вулкане. Сейсмоактивные пояса. Процесс извержения вулкана. Строение вулкана. Понятие о магме, гейзере, фумароле. Различные состояния лавы при извержении. Палящие тучи. Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов.	1
5	Правила безопасного поведения при извержении вулканов. Рекомендации по безопасному поведению.	1
6	Оползни. Из истории оползней. Понятие об оползне. Природные и антропогенные факторы, влияющие на образование оползней. Классификация оползней по масштабу, месту образования и мощности. Причины образования оползней. Сели (селевые потоки). Обвалы. Снежные лавины.	1
7	Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин. Основные поражающие факторы оползней, селей, обвалов и лавин, наносимый ими ущерб. Меры по предупреждению этих явлений и снижению потерь от них. Правила безопасности для населения, проживающего в опасных районах	1
8	Рекомендации по безопасному поведению при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин	1
9	Происхождение ураганов, бурь и смерчей. Классификация ураганов, бурь и смерчей	1
10	Последствия ураганов, бурь и смерчей и меры по уменьшению ущерба от них. Основные поражающие факторы ураганов, бурь и смерчей и наносимый ими ущерб. Меры по снижению потерь от ураганов, бурь, смерчей	1
11	Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей. Действия при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча. Подходящие укрытия. Правила безопасного поведения во время урагана, бури, смерча и после них	1
12	Виды наводнений. Классификация наводнений по масштабу, повторяемости и наносимому ущербу. Виды наводнений по причинам возникновения и их характеристика. Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них	1

13	Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них	1
14	Причины и классификация цунами. Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них. Понятие о цунами. Классификация цунами по причинам возникновения и интенсивности	1
15	Правила безопасного поведения при цунами. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами. Рекомендуемые и запрещенные действия в случае внезапного прихода цунами. Действия при попадании в волну цунами	1
16	Причины природных пожаров и их классификация. Понятие о лесном пожаре. Основные причины возникновения лесных пожаров. Классификация лесных пожаров по площади. Виды пожаров по характеру распространения и силе, их характеристика. Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение.	1
17	Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожара и при его тушении. Правила безопасного поведения при нахождении в зоне лесного пожара или около нее. Правила безопасного тушения небольшого пожара в лесу	1
18	Обобщающий урок по теме "Основы безопасности личности, общества и государства"	1
19	Пожарная безопасность. Пожар его причины и последствия. Причины возникновения и возможные последствия пожаров в жилых и административных зданиях. Правила поведения при пожаре.	1
20	Меры пожарной безопасности. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Воздействия продуктов горения на человека, способы защиты. Первичные средства пожаротушения. Средства индивидуальной защиты.	1
21	Безопасность на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода на улице и дороге (проезжей части), пассажира и велосипедиста. Средства индивидуальной защиты велосипедиста. Ответственность пешеходов. Правила безопасного поведения при езде на велосипеде и скутере.	1
22	Безопасность в быту. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др.	1
23	Водоемы. Безопасность на водоёмах.. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. Правила преодоления водных преград. Правила и меры безопасности при выходе и движении по льду водоемов. Средства спасения на воде. Правила спасения тонущего человека, в том числе из полыньи.	1
24	Подготовка к активному отдыху на природе. Активный отдых на природе и безопасность. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности.	1
25	Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде.	1
26	Наиболее опасные террористические акты. Правила поведения при возможной опасности взрыва. Обеспечение безопасности в случае захвата в заложники или похищения.	1
27	Человек и стихия. Характер и темперамент. Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии	1



28	Понятие о ране, виды ран. Правила обработки ран. Правила наложения повязок. Первая помощь при переломах, переноска пострадавших	1
29	Виды кровотечений. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Способы остановки артериального и венозного кровотечения.	1
30	Причины и признаки переохлаждения и отморожения. Причины и признаки теплового и солнечного ударов. Первая помощь.	1
31	Виды и причины ожогов. Правила оказания первой помощи при ожогах. Практическая работа	1
32	Режим — необходимое условие здорового образа жизни. Профилактика переутомления и содержание режима дня.	1
33	Вредные привычки и их влияние на здоровье. . Профилактика вредных привычек и их факторов.	1
34	Итоговая работа за курс ОБЖ (практикум по материалам ОБЖ за 7 класс)	1

### Календарно-тематическое планирование 5 класс.

№	Дата		Глава. Тема урока.	Краткое содержание темы	Характеристика основных видов учебной деятельности	Вид контроля	Домашнее задание
	план	факт					
<b>Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства (25 ч)</b>							
1			Особенность и города как среды обитания.	Источники и зоны повышенной опасности в современном городе и их характеристика. Отличия горожан от сельских жителей с точки зрения безопасности жизни. Правила безопасного поведения в зонах повышенной опасности. Практическое задание №1. Нарисовать карту опасностей района. Путь от дома до школы.	Учатся определять источники и зоны повышенной опасности в современном городе. Изучают правила безопасного поведения в этих зонах.	Индивидуальный опрос	§ 1
2			Системы обеспечения безопасности и города.	Государственные, муниципальные (городские) и районные специальные службы обеспечения безопасности. Правила вызова служб безопасности. Понятие о специальном сигнале оповещения «Внимание всем!». Правила поведения населения при оповещении об опасной или чрезвычайной ситуации по специальному сигналу «Внимание всем!» Практическое задание №2. Создать телефонный справочник важных номеров	Учатся различать службы обеспечения безопасности в соответствии с их предназначением. Приобретают навыки их вызова. Учатся правильно действовать по сигналу оповещения «Внимание всем!»	Индивидуальный опрос	§ 2
3			Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).	Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные опасные ситуации в доме (квартире) и их причины Практическое задание №3. Нарисовать план квартиры с источниками опасности.	Учатся распознавать опасные и аварийные ситуации в доме (квартире). Изучают меры безопасности в быту	Индивидуальный опрос Решение ситуационных задач	§ 3
4			Пожар.	Опасные факторы <sup>26</sup> пожара, воздействующие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых и общественных	Изучают причины и последствия пожаров в жилых и общественных	Индивидуальный опрос	§ 4

				общественных зданиях, их последствия. Творческое задание № 1. Изобразить причины возникновения пожара.	зданиях, правила безопасного поведения. Изучают Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.		
5			Затопление квартиры.	Водоснабжение дома (квартиры). Причины затопления и возможные последствия. Правила поведения при затоплении жилища и меры по его предотвращению. Практическое задание №3. Найти краны, отключающие воду в квартире и нарисовать их на плане.		Индивидуальный опрос	§5
6			Электричество.	Опасность электрических и электронных приборов, используемых в быту. Последствия поражения электрическим током. Меры безопасности при обращении с электроприборами.	Изучают и осваивают правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами	Индивидуальный опрос Решение ситуационных задач	§ 6
7			Опасные вещества и продукты питания..	Бытовой газ и его опасность. Правила пользования бытовым газом. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире.	Изучают и осваивают правила безопасного обращения с газовыми приборами.	Индивидуальный опрос	§ 7
8			Взрыв и обрушение дома.	Причины взрывов и обрушений в жилых домах. Правила безопасного поведения при возникновении взрыва в доме (квартире) и обрушении дома. Безопасность в нестандартных ситуациях	Приобретают знания о причинах взрывов и обрушений домов. Получают навыки поведения в нестандартных ситуациях..	Индивидуальный опрос	§ 8,9
9			Опасность толпы.	Опасность толпы. Как уцелеть в толпе. Правила безопасного поведения при попадании в толпу в местах массового скопления людей. Безопасное поведение с животными. Правила	Осваивают правила безопасного поведения при попадании в толпу в местах массового скопления людей.	Индивидуальный опрос Решение ситуацио	§ 10

				предосторожности при встрече с собаками. Правила поведения при нападении собаки.		нных задач	
10			Собака бывает кусачей.	Правила безопасного поведения при встрече с собакой (на улице, в подъезде). Как действовать при нападении собаки и в случае укуса.	Осваивают правила безопасного поведения с животными. Узнают как вести себя при нападении животного.	Индивидуальный опрос Решение ситуационных задач	§ 11
11			Обобщение и контроль знаний по теме «Личная безопасность в повседневной жизни»			Контрольная работа	Обобщение и контроль знаний
12			Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.	Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и ее составные части. Основные причины дорожно-транспортных происшествий. Средства безопасности на дороге.	Осваивают правила безопасного поведения пешеходов и пассажиров.	Индивидуальный опрос	§ 12
13			Безопасное поведение пешеходов и пассажиров.	Правила безопасного поведения пешеходов на дороге. Правила перехода проезжей части. Правила безопасного поведения пассажиров городского общественного транспорта (автобуса, троллейбуса, трамвая), легкового автомобиля, мотоцикла.	Осваивают правила безопасного поведения пешеходов и пассажиров при аварийных ситуациях в автобусе, троллейбусе, автомобиле и метро.	Индивидуальный опрос	§ 13

14			Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.	Краткая характеристика современных видов транспорта (автомобиль, автобус, трамвай, троллейбус, метро). Правила безопасного поведения при аварийных ситуациях на городском общественном транспорте. Правила безопасного поведения пассажира автомобиля: при неизбежном столкновении, при падении автомобиля в воду. Причины опасных и аварийных ситуаций в метрополитене. Зоны опасности в метро и их характеристики. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных ситуациях.	Осваивают правила безопасного поведения при аварийных ситуациях в автобусе, троллейбусе, автомобиле и метро	Индивидуальный опрос	§ 14
15			Железнодорожный транспорт. Авиационный транспорт.	Источники опасности и опасные зоны на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения пассажиров: при крушении поезда, при пожаре в поезде.	Осваивают правила безопасного поведения на железнодорожном и авиационном транспорте..	Индивидуальный опрос Решение ситуационных задач	§ 15,16
16			Морской и речной транспорт. Оказание первой помощи.	Характеристика водного транспорта. Индивидуальные и групповые средства спасения на морском и речном транспорте. Правила пользования спасательным жилетом. Действия пассажиров при аварийных ситуациях и эвакуации с судна. Правила посадки на спасательное средство. Что делать, если человек упал за борт судна.	Осваивают правила безопасного поведения при аварийных ситуациях на морском и речном транспорте. Учатся оказывать первую помощь	Проверочная работа №1	§ 17

17			Психологические основы самозащиты. Язык жестов. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них.	Язык жестов — важное оружие самозащиты. Основные психологические качества уверенного в себе человека. Психологические рекомендации по преодолению страха и способам самозащиты в опасных ситуациях криминогенного характера.	Вырабатывают у себя психологические качества уверенного человека. Изучают сигналы бедствия	Индивидуальный опрос	§ 18
18			Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера. Ситуации криминогенного характера в доме, подъезде.	Меры по повышению безопасности дома (квартиры). Что не рекомендуется делать, находясь дома без взрослых. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций в доме (квартире); звонок в дверь, дверь квартиры пытаются открыть, вы вернулись из школы, а дверь квартиры открыта. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций: перед подъездом, в подъезде дома, в лифте, на лестничной площадке	Учатся правильно действовать при возникновении ситуации криминогенного характера. Узнают о способах самозащиты и мер предосторожности	Индивидуальный опрос Решение ситуационных задач	§ 19
19		Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.	Зоны криминогенной опасности в городе (населенном пункте). Правила безопасного поведения с незнакомым человеком. Правила обеспечения личной безопасности в повседневной жизни. Как предотвратить опасные домогательства.	Фронтальный опрос.		§ 20	
20			Правила поведения при захвате в заложники. Личная безопасность при похищении или захвате в заложники.	Понятие о заложнике. Меры личной безопасности по предотвращению захвата в заложники. Рекомендации по безопасному поведению при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в заложники в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.	Осваивают правила поведения при захвате в заложники и меры по предотвращению таких захватов	Проверочная работа № 2	§ 21

21			Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.	Меры личной безопасности при посещении массовых мероприятий. Рекомендации по безопасному поведению .	Осваивают правила поведения при посещении массовых мероприятий	Индивидуальный опрос	
22			Изменение среды обитания человека. Загрязнение воды, воздуха, почвы.	Загрязнение воды. Роль воды в жизнедеятельности человека. Требования к питьевой воде. Способы очистки водопроводной воды в домашних условиях. Загрязнение почвы. Роль почвы в жизнедеятельности человека. Причины загрязнения почвы и их последствия. Вредные вещества, накапливающиеся в почве в результате промышленных выбросов. Возбудители инфекционных заболеваний, обитающие в почве.	Учатся оценивать состояние окружающей среды, планировать и выполнять мероприятия по защите здоровья в местах с неблагоприятной экологической обстановкой	Индивидуальный опрос	§ 22, §23 и §24
23			Фильтрующие противогазы. Средства индивидуальной защиты. Правила пользования ими. Практическое занятие "Определение размера шлем-маски и подготовка противогаза к работе.	Фильтрующие противогазы. Предназначение и принцип защитного действия фильтрующих противогазов. Гражданские противогазы ГП-7 и ГП-7В, устройство и правила пользования. Детский противогаз ПДФ-2Ш, устройство и правила пользования. Правила подбора противогаза, определение размера (роста) шлем-маски, подготовка противогаза к работе. Пользование противогазом. Переноска противогаза. Положения противогаза: походное, наготове, боевое. Перевод противогаза в боевое положение.	Изучают назначение и устройство гражданских и детских противогазов. Получают практические навыки пользования противогазом.	Индивидуальный опрос	§ 25 и § 26
24			Пользование противогазом. Практическое	Пользование противогазом.	Получают практические навыки пользования	Индивидуальный опрос	Повторить изуче

			занятие. Надевание противогаза по команде «Газы».		противогазом.		нный материал.
25			Контрольная работа по теме "Безопасность и защита человека в среде обитания"			Самостоя тельная работа	
<b>Раздел 2. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (9 ч)</b>							
26			Основы медицинских знаний и оказание первой помощи при разных видах ранений.	Понятие о ране. Общие признаки ранений. Общие правила оказания первой помощи при незначительных открытых ранах. Наружное и внутреннее кровотечения. Венозное кровотечение и его характеристика. Артериальное кровотечение и его характеристика. Смешанные кровотечения и их характеристика. Капиллярное кровотечение и его особенности	Приобретают знания об основных видах ранений, их причинах и правилах оказания первой помощи. Получают знания о видах кровотечений и их особенностях	Индивидуальный опрос	§ 27
27			Общая характеристика кровотечений. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении.	Наружное и внутреннее кровотечения. Венозное кровотечение и его характеристика. Артериальное кровотечение и его характеристика. Смешанные кровотечения и их характеристика. Капиллярное кровотечение и его особенности	Получают знания о видах кровотечений и их особенностях	Индивидуальный опрос	§ 28
28			Практическое занятие. Оказание первой	Способы временной остановки кровотечения. Остановка кровотечения путем пальцевого прижатия артерий. Особенности и правила остановки кровотечения путем наложения	Учатся останавливать кровотечения, применяя различные способы	Проверочная работа № 3	§ 29



			помощи пострадавшему у при некоторых видах повреждений.	жгута. Остановка кровотечения путем наложения давящей повязки. Остановка кровотечения путем максимального сгибания конечности. Остановка кровотечения путем придания поврежденной конечности приподнятого положения. Первая помощь при кровотечении из носа. Практическое задание №5. Наложение повязки, для остановки кровотечения.	зависимости от вида кровотечения и места травмы		
29			Практическое занятие. Оказание первой медицинской помощи при различных видах кровотечений.			Фронтальный опрос.	Повторить изученный материал.
30			Контрольная работа по теме «Основы медицинских знаний».			Фронтальный опрос.	
31			Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни.	Основные понятия о здоровом образе жизни. Составляющие и факторы здорового образа жизни	Изучают основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Изучают физическую активность, питание, режим дня и гигиену.	Индивидуальный опрос	§ 30
32			Основы здорового образа жизни. Различные виды нарушения	Роль двигательной активности для укрепления здоровья. Понятие об опорно-двигательном аппарате и его развитии. Опорно-двигательный аппарат как генератор двигательной активности. Избыток и недостаток движения (гиподинамия) — причина некоторых заболеваний человека.	Объясняют значение двигательной активности для укрепления здоровья. Получают представление о	Индивидуальный опрос	§ 31

			осанки и их причины.	Понятие об осанке. Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика нарушений осанки.	видах, причинах и последствиях нарушения осанки. Учатся предупреждать нарушения осанки		
33			Телевизор и компьютер – ваши друзья и враги.	Воздействие излучений телевизора и компьютера на организм человека. Правила просмотра телепередач. Правила безопасности при работе на персональном компьютере	Учатся соблюдать правила безопасности при просмотре телепередач и при использовании компьютером	Индивидуальный опрос	§ 32
34			Развитие и изменение организма в вашем возрасте.		Узнают о физическом и нравственном взрослении организма	Индивидуальный опрос	§ 33, Повторить изученный материал.
Итого						34 часа	

### Календарно-тематическое планирование 6 класс

№	Дата		Глава. урока.	Тема	Краткое содержание темы	Характеристика основных видов учебной деятельности	Вид контроля	Домашнее задание
	план	факт						
<b>Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства. (21 ч)</b>								
1			Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях.	Понятие об опасной и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе (смена климатогеографических условий, резкое изменение природных условий, требующие экстренной медицинской помощи заболевания или повреждения, вынужденное автономное существование) и их причины. Наиболее распространенные случаи вынужденного автономного существования: потеря ориентировки на местности, отставание от группы, авария транспортного средства в малонаселенной местности. Понятие о выживании.	Учатся правилам безопасного поведения человека в природной среде; действиям людей, которые могут привести к экстремальной ситуации в природе. Учатся предвидеть опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность.	Индивидуальный опрос	§ 1	
2			Факторы и стрессоры выживания в природных условиях. Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой	Понятие о факторах выживания в природных условиях и их характеристика. Стрессоры выживания в природных условиях и их влияние на организм человека. Элементы выживания в условиях вынужденного автономного существования. Способы преодоления стрессоров выживания. Преодоление страха и стрессового состояния.	Узнают о факторах, мешающих справиться с экстремальной ситуацией. Учатся использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в различных опасных ситуациях.	Индивидуальный опрос.	§ 2	
3			Психологические	Психическое состояние человека при	Узнают о психических	Индивидуальный опрос.	§ 3	

			основы выживания в природных условиях.	выживании в природных условиях. Понятие о психических познавательных процессах (внимание, ощущения и восприятие, память и мышление, воображение), их характеристика. Управление психическими познавательными процессами в экстремальных ситуациях. Психологическая установка на выживание в условиях природной среды и ее элементы.	познавательных процессах. Учатся использовать полученные знания для выживания в окружающем нас мире вообще и в экстремальных ситуациях в частности.	льный опрос. Тест	
4			Страх – главный психологический враг.	Понятие о страхе и паническом поведении, их характеристика. Основные причины страха. Развитие черт характера, позволяющих преодолевать страх и выживать в сложных условиях. Роль волевых качеств человека в преодолении страха. Рекомендации по формированию волевых качеств.	Узнают о психических познавательных процессах. Учатся выживать в окружающем нас мире вообще и в экстремальных ситуациях в частности.	Индивидуальный опрос.	§ 4
5			Подготовка к походу и поведение в природных условиях.	Подготовка к походу – важный этап обеспечения безопасности. Формирование туристской группы. Выбор руководителя туристской группы и его обязанности. Определение целей и задач похода. Сбор сведений и изучение местности. Разработка маршрута. Приобретение продуктов питания. Подбор личного и группового туристского снаряжения, общие требования к нему. Правила безопасного поведения в природных условиях.	Узнают о правила подготовки к выходу на природу. Учатся предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.	Индивидуальный опрос. Тест.	§5
6			Надежные одежда и обувь – важное условие	Требования к одежде и обуви. Выбор и подготовка одежды и обуви. Правила ухода за одеждой и обувью в условиях	Овладевают навыками подбора одежды и обуви для похода и правильного	Индивидуальный опрос.	§6

			безопасности	природной среды. Способы проветривания и просушивания одежды и обуви, особенности пользования одеждой и обувью в зимнее время.	ухода за ними в походных условиях.	Тест.	
7			Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях.	Правила поведения в экстремальной ситуации в условиях природной среды. Первоочередные действия потерпевших бедствие при аварии транспортных средств и попавших в экстремальные условия на природе. Варианты выбора решения. Правила оборудования аварийного лагеря и действия членов группы при ожидании помощи на месте происшествия.	Узнают о возможных опасностях в пути и мерах по их предупреждению. Учатся предвидеть опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность.	Решение ситуационных задач. Тест.	§ 7
8			Действия при потере ориентировки.	Потеря ориентировки как наиболее распространенная экстремальная ситуация в природе. Правила определения направления выхода. Определение примерного расстояния до источников звука и света. Определение направления выхода в ситуации, когда человек заблудился и не может найти свои следы. Правила поведения в случае отставания от группы. Особенности определения направления выхода в зимнее время.	Узнают о том, как определить направление выхода из леса; правила поведения при движении по лесу. Учатся использовать полученные знания для обеспечения личной безопасности в различных опасных ситуациях.	Индивидуальный опрос. Тест.	§ 8
9			Способы ориентирования и определение направления движения.	Понятие об ориентировании. Определение направления на север: по собственной тени, по тени на шесте. Способы определения сторон света на местности. Правила ориентирования по компасу, по местным предметам. Азимут. Движение по азимуту.	Узнают о способах ориентирования на местности. Овладевают навыками ориентирования на местности по компасу.	Практическая работа. Ориентирование по компасу. (15 мин). Тест.	§ 9

10.			Техника движения в природных условиях.	Техника передвижения в лесной местности. Техника передвижения в горной местности. Правила и техника переправы через водоемы и преодоления болот. Особенности передвижения в лесу зимой без лыж. Правила безопасного передвижения по руслам замерзших рек.	Узнают как определить направление выхода из леса; правила поведения при движении по лесу. Учатся использовать полученные знания для обеспечения личной безопасности в различных опасных ситуациях.	Индивидуальный опрос.	§ 10
11			Сооружение временного жилища, добывание и использование огня.	Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища. Виды и способы сооружения временных жилищ в летнее время. Виды и способы сооружения временных жилищ зимой. Особенности разведения костра в ненастную погоду и в зимнее время. Соблюдение мер пожарной безопасности. Виды костров, их назначение. Способы добывания огня в условиях вынужденного автономного существования. Способы сохранения огня.	Узнают о правилах сооружения временных укрытий из подручных средств. Учатся использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в природных условиях. Узнают о способах добывания огня и разведения костра, правила пожарной безопасности при разведении костра.	Индивидуальный опрос. Тест.	§ 11
12			Обеспечение питанием и водой.	Правила обеспечения водой и питанием. Способы сохранения работоспособности при отсутствии пищи и воды в условиях вынужденного автономного существования. Обеспечение питанием из резервов природы при отсутствии продуктов питания. Съедобные растения, насекомые, животные. Правила поиска и сбора растительной пищи. Меры безопасности при употреблении	Узнат о способах добывания пищи в природных условиях, а также способы добывания, очистки и обеззараживания воды. Учатся определять съедобные растения, грибы и ягоды. Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в	Индивидуальный опрос. Тест.	§ 12

				растительной пищи. Обеспечение водой из водоемов, а также добытой из снега, льда. Способы добывания воды, ее очистка и обеззараживание в условиях вынужденного автономного существования.	природных условиях.		
13			Поиск и приготовление пищи.	Правила использования съедобных растений в пищу. Способы кипячения воды и приготовления растительной пищи при отсутствии посуды. Способы и средства для приготовления пищи в полевых условиях. Охота и рыбалка. Изготовление средств для рыбалки из подручных материалов. Основные правила рыбалки. Особенности приготовления на костре рыбы и мелких животных.	Узнают о способах приготовления пищи в природных условиях. Учатся использовать полученные знания для обеспечения личной безопасности в природных условиях.	Индивидуальный опрос.	§ 13
14			Особенности лыжных, водных и велосипедных походов.	Опасные факторы природной среды, воздействующие на участника лыжного похода. Основные правила передвижения в лыжном походе. Средства передвижения, используемые в водных походах. Основные правила безопасности при организации и проведении водных походов. Подготовка к велосипедному походу. Выбор велосипеда для похода. Основные правила передвижения в велосипедном походе.	Узнают о правилах организации, проведения и безопасности лыжных, водных и велосипедных походов. Учатся использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в природных условиях.	Решение ситуационных задач. Тест.	§ 14
15			Безопасность на водоемах.	Правила безопасного поведения и купания на водоемах в летнее время. Правила безопасного поведения на водоемах зимой. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде.	Узнают: о правилах безопасного поведения на воде. Учатся оказывать помощь, терпящим бедствие на воде.	Индивидуальный опрос.	§ 15

				Правила безопасного поведения при передвижении по льду водоемов. Действия человека, провалившегося под лед.			
16			Сигналы бедствия.	Сигналы бедствия в условиях вынужденного автономного существования. Способы подачи сигналов бедствия. Сигнальные костры. Специальные знаки международной кодовой таблицы сигналов. Использование подручных средств для подачи сигналов бедствия. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств.	Узнают о способах подачи сигналов бедствия. Овладевают навыками подачи сигналов бедствия.	Индивидуальный опрос.	§ 16
17			Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме.	Понятие о дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме. Понятие о безопасности в туризме. Факторы, влияющие на безопасность внутреннего и выездного туризма. Правила поведения туриста в зарубежных поездках. Уважение к религии, обычаям и традициям местного населения.	Узнают о факторах, влияющих на безопасность туриста. Учатся использовать полученные знания в зарубежных и внутренних поездках.	Индивидуальный опрос. Тест.	§ 17
18			Акклиматизация в различных природно-климатических условиях.	Смена климатогеографических условий. Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Основные принципы адаптации при смене климатогеографических условий. Акклиматизация, общие понятия и определения. Смена часовых поясов. Смена климата. Рекомендации по адаптиванию при смене часовых поясов и климата. Акклиматизация к условиям жаркого климата, условиям горной местности,	Узнают о общих правилах успешной акклиматизации. Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в различных климатических условиях.	Индивидуальный опрос. Тест.	§ 18



			условиям Севера. Требования к здоровью человека, которые необходимо учитывать при планировании смены климатогеографических условий.			
19		Коллективные и индивидуальные средства защиты.	Понятие об убежище. Отдельно стоящие и встроенные убежища. Устройство убежища, порядок его заполнения и правила поведения в нем. Правила пользования поврежденным противогазом в непригодной для дыхания среде.	Узнают о назначении убежищ и правилах использования СИЗ органов дыхания в непригодной для дыхания среде. Овладевают навыками выполнения мероприятий по правилам заполнения и поведения в убежищах.	Практическая работа. Правила использования СИЗ. (15 мин). Тест.	§ 19
20		Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств.	Общие сведения об имевших место террористических акциях на транспортных средствах. Правила безопасного поведения пассажиров в момент захвата преступниками транспортного средства. Правила безопасного поведения человека, оказавшегося заложником в захваченном транспортном средстве. Правила безопасного поведения заложников во время операции по освобождению.	Узнают о правилах безопасного поведения при захвате в заложники. Учатся использовать полученные знания для обеспечения личной безопасности в различных ситуациях.	Индивидуальный опрос.	§ 20
21		Взрывы в местах массового скопления людей.	Понятия о местах массового скопления людей, Признаки, указывающие на возможную установку взрывных устройств. Правила поведения при обнаружении признаков взрывного устройства. Правила безопасного поведения: при непосредственной угрозе взрыва, после взрыва.	Узнают о признаках установки взрывного устройства. Овладевают навыками выполнения мероприятий при обнаружении взрывного устройства.	Практическая работа. Правила поведения при обнаруж. ВВ. (15 мин). Тест.	§ 21

<b>Раздел 2. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни. (12 ч)</b>							
22			Средства оказания первой помощи.	Комплектование походной аптечки лекарственными средствами и другими средствами оказания помощи. Использование лекарственных растений для оказания первой помощи в условиях вынужденного автономного существования.	Узнают о перевязочных и лекарственных средствах индивидуальной медицинской аптечки; о природных лекарственных средствах. Учатся использовать полученные знания для оказания помощи пострадавшим в различных опасных ситуациях.	Индивидуальный опрос.	§ 22
23			Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей.	Признаки укуса насекомых. Оказание первой помощи при укусах насекомых. Клещевой энцефалит. Признаки укуса клещом. Оказание первой помощи при укусе клещами. Как уберечься от энцефалита. Признаки укуса змеи. Оказание первой помощи пострадавшему, укушенному змеей.	Узнают правила оказания первой помощи при укусах насекомых и животных. Овладевают навыками оказания первой помощи при укусах.	Индивидуальный опрос. Тест.	§ 23
24			Первая помощь при ожогах.	Термический ожог. Степени ожогов и их признаки. Первая помощь при ожогах кожи. Солнечный ожог, его признаки и первая помощь при нем.	Изучают понятие ожог. Степени ожогов. Овладевают навыками оказания первой помощи.	Индивидуальный опрос. Тест.	§ 24
25			Тепловой и солнечный удар.	Понятие о тепловом и солнечном ударе. Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Профилактика теплового и солнечного удара.	Узнают о правилах оказания первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Овладевают навыками оказания первой помощи при тепловом и солнечном ударе.	Практическая работа. Оказание ПП при солн. ударе. (15 мин)	§ 25
26			Обморожения и общее охлаждение	Общие сведения об обморожении и общем охлаждении организма.	Узнают о причинах и признаках обморожения и	Индивидуальный	§ 26

			организма.	Причины обморожения и общего охлаждения организма. Степени обморожения и их признаки. Оказание первой помощи при общем охлаждении и обморожении.	общего охлаждения организма. Овладевают навыками оказания первой помощи при обморожениях и охлаждениях.	опрос.	
27			Беда на воде.	Основные причины бедствий на водоемах. Первоочередные действия человека, заметившего утопающего. Признаки утопления. Последовательность оказания первой помощи в таких случаях.	Узнают о правилах поведения на воде и оказания помощи утопающему. Овладевают навыками оказания помощи утопающему, основными приемами реанимации. Учатся использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности на воде.	Практическая работа. Оказание ПП утопающему. (15 мин). Тест.	§ 27
28			Закрытые травмы.	Виды закрытых травм. Признаки закрытых травм и повреждений (ушибов, растяжений, разрывов связок и мышц, вывихов). Оказание первой помощи при закрытых травмах. Понятие о переломах. Понятие о сдавлении. Оказание первой помощи при сдавлении.	Узнают о способах оказания первой помощи при травмах и переломах. Овладевают навыками оказания первой помощи при ушибах, переломах.	Индивидуальный опрос. Тест.	§ 28
29			Способы переноски пострадавших.	Приемы и правила переноски пострадавших при отсутствии штатных (медицинских) средств транспортировки. Приемы и правила транспортировки пострадавших: на шесте, на носилках из шестов, на носилках-волокушах из длинных жердей, в рюкзаке.	Узнают о способах переноса пострадавшего без носилок. Учатся использовать полученные знания для оказания помощи пострадавшим в различных опасных ситуациях.	Практическая работа. Транспортировка пострадавшего. (15 мин)	§ 29
30			Правильное	Обмен веществ и энергии как	Узнают о правильном	Индивиду	§ 30

			питание — основа здорового образа жизни.	основная функция организма человека. Регулирование потребления и расхода энергии. Рациональное, сбалансированное и калорийное питание. Суточный рацион питания.	питании, как о важной составляющей здорового образа жизни. Учатся использовать полученные знания для обеспечения личной безопасности.	альный опрос.	
31			Значение белков, жиров и углеводов в питании человека.	Функции белка и их источники для организма человека. Функции жиров. Жиры растительного и животного происхождения. Источники жиров для организма человека. Функции углеводов и его источники для организма человека. Основные источники витаминов. Роль минеральных веществ в организме человека. Основные источники минеральных веществ. Роль воды в организме человека.	Узнают о значении белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных веществ и воды в питании человека. Учатся использовать полученные знания для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос. Тест.	§ 31
32			Гигиена и культура питания.	Основные гигиенические требования к питанию. Режим питания. Распределение калорийности по приемам питания и продолжительность приемов пищи. Понятие о культуре и этикете питания. Правила питания и соблюдения культуры питания.	Узнают о гигиенических требованиях к питанию. Учатся использовать полученные знания для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос. Тест.	§ 32
33			Особенности подросткового возраста.	Развитие и изменение организма в подростковом возрасте.		Устный опрос.	Повторить изученный материал.
34			Обобщение и контроль знаний по курсу ОБЗР 6 класса			Контрольная работа	
ИТОГО:						34 часа	

**Календарно-тематическое планирование 7 класс.**

№	Дата		Глава. Тема урока.	Краткое содержание темы	Характеристика основных видов учебной деятельности	Вид контроля	Домашнее задание
	план	факт					
<b>Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства (21 ч)</b>							
<b>Введение (1)</b>							
1			Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация.	Понятия о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация.	Учатся классифицировать природные ситуации чрезвычайного характера по их признакам. Учатся предвидеть опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность.	Индивидуальный опрос	§ 1.
2			Происхождение и классификация землетрясений. Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь	История землетрясений. Происхождение и классификация землетрясений.	Узнают о природе происхождения землетрясений. Признаках надвигающегося землетрясения.	Индивидуальный опрос.	§ 2, 3.
3			Правила безопасного поведения при землетрясениях. Рекомендации по безопасному поведению.	Правила безопасного поведения при землетрясениях.  45	Учатся использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности при землетрясении.	Индивидуальный опрос.	§ 4.

4			Общее понятие о вулканах.	Понятие о вулкане. Сейсмоактивные пояса. История извержения вулканов. Общее понятие о вулканах. Меры по уменьшению потерь от извержения вулканов. Процесс извержения вулкана.	Узнают о истории и разрушительной силе вулканов. Учатся использовать полученные знания для выживания при извержении вулканов.	Индивидуальный опрос. Тест	§ 5.
5			Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов.	Опасные явления, связанные с извержениями вулканов. Признаки приближающегося извержения. Способы уменьшения опасного воздействия лавовых потоков. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана и во время него.	Учатся использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности при извержении	Индивидуальный опрос	§ 6.
6			Оползни. Сели Обвалы. Снежные лавины	История оползней и селей. Правила безопасного поведения при оползнях и селях. История обвалов и снежных лавин, причины возникновения. Правила безопасного поведения при обвалах и снежных лавинах.	Узнают о истории оползней и селей, понимают различия и сходства, причины появления. Овладевают навыкам безопасного поведения при оползнях и селях. Узнают об истории обвалов и снежных лавин, понимают различия и сходства, причины появления. Овладевают навыкам безопасного поведения при обвалах и снежных лавинах.	Индивидуальный опрос. Тест.	§7, 8, 9, 10.
7			Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин.	Основные поражающие факторы, наносимый ими ущерб. Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин.	Узнают о последствиях оползней, селей, обвалов и снежных лавин.	Индивидуальный опрос	§ 11.

8			Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин	Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала, лавины и во время него. Действия, способствующие безопасному выходу из зоны стихийного бедствия.	Овладевают навыками безопасного поведения	Индивидуальный опрос	§ 12.
9			Происхождение ураганов, бурь и смерчей. Классификация ураганов, бурь и смерчей	История, происхождение, классификация, последствия ураганов, бурь, смерчей. Меры по уменьшению ущерба от этих стихийных бедствий.	Узнают о возможных опасностях при ураганах, бурях, смерчах. Меры по снижению негативных последствий от этих бедствий. Учатся предвидеть надвигающиеся ураганы, бури, смерчи по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность.	Решение ситуационных задач. Тест.	§ 13,14.
10		Последствия ураганов, бурь и смерчей и меры по уменьшению ущерба от них.	Фронтальный опрос.			§ 15.	
11			Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей.	Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей. Действия при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча.		Фронтальный опрос.	§ 16.
12			Виды наводнений.	История наводнений. Виды наводнений. Последствия наводнений. Классификация наводнений по масштабу, повторяемости и наносимому ущербу.	Узнают историю наводнений, виды, последствия, меры по уменьшению ущерба от них, правила безопасного поведения при наводнениях.	Фронтальный опрос.	§ 17, 18.

13			Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них	Основные поражающие факторы наводнений и наносимый ими ущерб. Радикальные средства защиты и оперативные предупредительные меры по снижению потерь от наводнений.		Тест.	§ 19.
14			Причины и классификация цунами. Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них.	История цунами. Причины цунами, классификация. Ущерб от цунами.	Узнают об истории цунами, причинах их вызывающих, последствиях.	Индивидуальный опрос.	§ 20, 21.
15			Правила безопасного поведения при цунами.	Правила безопасного поведения при цунами. Рекомендации и запрещенные действия в случае внезапного прихода цунами. Действия при попадании в волну цунами	Овладевают навыками безопасного поведения при цунами.	Индивидуальный опрос.	§ 22.
16.			Причины природных пожаров и их классификация.	Понятие о лесном пожаре. История лесных пожаров. Причины природных пожаров и их классификация. Классы пожаров. Виды лесных пожаров. Способы тушения пожаров. Основные причины возникновения лесных пожаров.	Узнают как определить направление выхода из леса; правила поведения при движении по лесу. Учатся использовать полученные знания для обеспечения личной безопасности в различных опасных ситуациях. Узнают о правилах тушения и безопасного поведения в зоне лесных пожаров.	Индивидуальный опрос.	§ 23, 24.
17			Правила безопасного	Способы тушения пожаров. Меры по предупреждению	Учатся использовать полученные знания для	Тест	§ 25.



			поведения в зоне лесного или торфяного пожара и при его тушении.	природных пожаров. Ущерб от природных пожаров.	обеспечения личной безопасности в различных опасных ситуациях.		
18			Обобщающий урок по теме "Основы безопасности личности, общества и государства"			Индивидуальный опрос.	Индивидуальные доклады
19			Пожарная безопасность. Пожар его причины и последствия.	Опасные факторы пожара, воздействующие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях, их последствия	Изучают причины и последствия пожаров в жилых и общественных зданиях, правила безопасного поведения. Изучают Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.	Индивидуальный опрос.	Конспект
20		Меры пожарной безопасности. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.	Индивидуальный опрос.			Конспект	
21			Безопасность на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода на улице и дороге (проезжей части), пассажира и велосипедиста.	Средства индивидуальной защиты велосипедиста. Ответственность пешеходов. Правила безопасного поведения при езде на велосипеде и скутере.	Узнают о правилах безопасного поведения пешехода и велосипедиста. Изучают, какие же средства индивидуальной защиты велосипедиста существуют	Устный опрос.	Конспект

22			Безопасность в быту.	Опасность электрических и электронных приборов, используемых в быту. Последствия поражения электрическим током. Меры безопасности при обращении с электроприборами, бытовой химией.	Узнают чем опасны электрические приборы. Знакомятся, какие последствия могут быть при нарушении техники безопасности.	Индивидуальный опрос.	Индивидуальные доклады
23			Водоёмы. Безопасность на водоёмах. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде.	Правила безопасного поведения и купания на водоёмах в летнее время. Правила безопасного поведения на водоёмах зимой. Правила безопасного поведения при передвижении по льду водоёма. Средства спасения на воде. Правила спасения тонущего человека, в том числе из полыньи.	Изучают правила безопасного поведения на водоёмах. Учатся оказывать помощь на воде.	Фронтальный опрос.	Индивидуальные доклады
24			Подготовка к активному отдыху на природе.	Активный отдых на природе и безопасность. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности.	Узнают о внутреннем и выездном туризме, меры безопасности.	Фронтальный опрос.	Индивидуальные доклады
25			Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде.	Безопасность при автономном существовании.	Изучают правила безопасного поведения в автономном существовании.	Индивидуальный опрос.	Конспект
26			Наиболее опасные террористические акты. Правила	Обеспечение безопасности в случае захвата в заложники или похищения.	Изучают правила поведения при захвате в заложники, похищении.	Устный опрос.	

			поведения при возможной опасности взрыва. Обеспечение безопасности в случае захвата в заложники или похищения.				
27			Человек и стихия. Характер и темперамент. Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии.	Человек и стихия, различные типы поведения людей в критических ситуациях. Понятие темперамента. Виды темпераментов, их признаки и отличительные особенности	Узнают о свойствах человеческого мышления в ситуациях угрожающих жизни. Узнают о способах психологической подготовки, подготовки к противодействию стихийным бедствиям. Узнают о видах темпераментов, их признаках. Соотносят себя к определённому типу темперамента. Узнают о том, как темперамент влияет на поведение человека при различных стихийных бедствиях. Учатся корректировать свой темперамент для уменьшения тяжести последствий от стихийных бедствий.	Индивидуальный опрос. Тест.	§ 28, 29.
<b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (5ч)</b>							
28			Правила наложения повязок. Первая помощь при переломах, переноска пострадавших	Понятие, что такое повязка, рана. Виды повязок. Область применения. История повязок. Материал, применяемый для повязок. Отработка основных методов наложения повязок на руку,	Узнают о видах повязок и ран, способах их наложения. Отрабатывают правила наложения повязок. Виды и способы наложения повязок. Узнают о общих правилах первой помощи при переломах.	Индивидуальный опрос.	§ 31.

				ногу, голову. Понятие и виды переломов. Способы оказания первой помощи при переломах.			
29			Виды кровотечений. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Способы остановки артериального и венозного кровотечения.	Виды кровотечений. Отработка основных методов оказания первой помощи при наружном и внутреннем кровотечении.	Отрабатывают правила оказания первой помощи при наружном и внутреннем кровотечении.	Групповая деятельность	§ 32.
30			Причины и признаки переохлаждения и отморожения. Причины и признаки теплового и солнечного ударов.	Общие сведения об переохлаждении и отморожении. Причины переохлаждения и отморожения. Оказание первой помощи при переохлаждении и отморожении. Понятие о тепловом и солнечном ударе. Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Профилактика теплового и солнечного удара.	Узнают о причинах и признаках переохлаждения и отморожения. Овладевают навыками оказания первой помощи при. Узнают о правилах оказания первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Овладевают навыками оказания первой помощи при тепловом и солнечном ударе.	Индивидуальный опрос. Тест.	
31			Виды и причины ожогов. Правила оказания первой помощи при	Виды ожогов. Оказание первой помощи при ожогах	Узнают о видах и степенях ожогов. Овладевают навыками оказания первой помощи при ожоге.	Индивидуальный опрос.	§ 31, 32.

			ожогах. Практическая работа				
<b>Раздел 3. Основы здорового образа жизни (2 ч)</b>							
32			Режим — необходимое условие здорового образа жизни.	Понятие режима. Важные элементы режима. Последствия для организма несоблюдение режима. Умственное утомление. Благоприятное время для выполнения работы.	Узнают о режиме дня, его значении для организма человека. Определяют полезность и безопасность своего режима дня. Знакомятся с наиболее важными принципами режима. Составляют свой режим дня.	Устный опрос.	§ 33
33			Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и их факторов.	Основные причины возникновения вредных привычек. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека. Профилактика вредных привычек	Узнают о вредных привычках и их влиянии на организм. Знакомятся с профилактикой вредных привычек.	Самост оятельн ая работа.	Повтор ить пройде нный матери ал
34			Итоговая работа за курс ОБЗР 7 класса	Повторение пройденного материала за курс.			Повтор ить пройде нный матери ал
<b>ИТОГО:</b>						34 часа	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 266592536671298867531651571396054376186336389033

Владелец Попова Ирина Геннадьевна

Действителен с 09.04.2024 по 09.04.2025