

государственное бюджетное образовательное учреждение Самарской области
«Самарский казачий кадетский корпус»

ПРИЛОЖЕНИЕ № 16
к ООП ООО ГБОУ «Самарский казачий кадетский корпус»

«РАССМОТРЕНА»

на заседании МО учителей прикладных
предметов и эстетического цикла

 /Сталкина Т.А./

Протокол № 1 от «27» августа 2021 г.

«ПРОВЕРЕНА»

заместителем директора по УР

 /Ивонина М.Ю./

«27» августа 2021 г.

«УТВЕРЖДЕНА»

приказом директора ГБОУ «Самарский казачий кадетский корпус»

 /Синявский С.И./

Приказ № 161-у от «27» августа 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебному предмету: **«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Уровень: основное общее образование

Классы: 5-9 класс

Составитель: учитель ОБЖ

Самара, 2021

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Настоящая рабочая программа написана на основании следующих нормативных и методических документов:

- федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования,
- авторской программы: Виноградова Н.Ф. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-9 классы: рабочая программа /Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, А.Б. Таранин. – М.: Вентана – Граф, 2019.
- основной образовательной программы основного общего образования ГБОУ «Самарский казачий кадетский корпус»
- учебного плана основного общего образования ГБОУ «Самарский казачий кадетский корпус»

и ориентирована на использование учебно-методического комплекта:

- 5 класс - Основы безопасности жизнедеятельности: 5 - 7 классы: учебник / Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко, А.Б. Таранин. – М.: Просвещение, 2021.
- 6 класс – Основы безопасности жизнедеятельности: 5 - 7 классы: учебник / Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко, А.Б. Таранин. – М.: Просвещение, 2021.
- 7 класс – Основы безопасности жизнедеятельности: 5 - 7 классы: учебник / Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко, А.Б. Таранин. – М.: Просвещение, 2021.
- 8 класс – Основы безопасности жизнедеятельности: 8 - 9 классы: учебник / Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко, А.Б. Таранин. – М.: Просвещение, 2021.
- 9 класс - Основы безопасности жизнедеятельности: 8 - 9 классы: учебник / Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко, А.Б. Таранин. – М.: Просвещение, 2021.

Цели освоения предмета:

- формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих.
- развитие навыков сохранения жизни и здоровья в неблагоприятных, угрожающих жизни условиях, умений оказывать своевременную и грамотную помощь себе и другим пострадавшим.
- воспитание способности к самоконтролю, самооценке поведения в ситуациях, которые могут стать опасными для жизни и здоровья окружающих, развитие умения предвидеть последствия своего (чужого) поведения.
- воспитание организованности, дисциплинированности, стремления к самосовершенствованию, физическому и духовно-нравственному развитию.

Задачи освоения предмета:

- изучение основ науки: важнейших фактов, понятий, законов и теорий, доступных обобщений мировоззренческого характера;
- ознакомление учащихся с конкретными реальными ситуациями, связанными с бытовыми, природными и социальными явлениями, которые могут быть опасными для здоровья и жизни человека.

- формирование на конкретном учебном материале универсальных действий: сравнивать, вычленять в изученном существенное, устанавливать причинно - следственные связи, делать обобщения, связно и доказательно излагать учебный материал, самостоятельно применять, пополнять и систематизировать знания;
- формирование универсальных действий: способность предвидеть опасность той или иной обычной жизненной ситуации, становление умений оказывать первую помощь (психологическую, организационную, медицинскую) в различных чрезвычайных ситуациях.
- формирование универсальных действий: организовывать свой учебный труд, пользоваться учебником, справочной литературой, соблюдать правила работы на уроке, на рабочем месте, в социуме.

Место предмета «ОБЖ» в учебном плане учреждения

Рабочая программа рассчитана на 34 часа в V, VI, VII, VIII и IX классах (всего 170 часов), из расчета – по 1 учебному часу в неделю.

Классы	Количество часов, предусмотренных в авторской программе	Количество часов, предусмотренных в рабочей программе
5	35	34
6	35	34
7	35	34
8	35	34
9	35	34

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Требования к результатам обучения предполагают реализацию деятельностного, компетентностного и личностно-ориентированного подходов в процессе усвоения программы, что в конечном итоге обеспечит овладение обучающимися знаниями, различными видами деятельности и умениями.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Класс	Наименование раздела	Ученик научится	Ученик получит возможность научиться
5	Введение	Осознавать необходимость изучения предмета ОБЖ. Понимать символическое изображение правил ОБЖ	Анализировать информацию, представленную в тексте учебника. Оценивать проблемные ситуации. Анализировать и характеризовать знаки

			- символы ОБЖ
5	Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя	Понимать организм человека как единое целое. Распознавать функции разных систем органов тела. Объяснять, почему нужно знать свой организм. Укрепление нервной системы, тренировка сердца, дыхательной системы. Применять принципы рационального питания. Оказывать первую помощь при отравлении и пищевой аллергии.	Актуализировать имеющийся опыт: работа с рубрикой «Вспомните». Оценивать выполнение тестовых заданий (самоконтроль). Совместная деятельность в парах: уметь объяснять правила взаимодействия при решении учебной задачи. Участвовать в учебном диалоге «Укрепляем нервную систему». Практической деятельности: измерять пульс; дыхательные упражнения. Читать и анализировать текст учебника «Рациональное питание - что это такое?» Участвовать в диалоге по учебной теме. Анализировать схему (пирамиду) сбалансированного питания. Оценивать проблемные ситуации «Как мы питаемся». Практической деятельности: составить меню для подростка. Анализировать информацию об оказании первой помощи при отравлении (работа с рубрикой «Медицинская страничка»).
5	Здоровье органов чувств	Понимать правила бережного отношения к органам чувств.	Оценивать выполнение тестовых заданий (самоконтроль). Практической работе: выполнять гимнастику для глаз. Анализировать информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка».
5	Здоровый образ жизни	Осознавать факторы, влияющие на здоровье. Понимать взаимосвязь организованности и здоровья. Применять гигиенические процедуры младшего подростка. Осознавать заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши).	Анализировать диаграмму «Что влияет на здоровье». Оценивать своё состояние (анализ ответов на вопросы теста). Учебному диалогу (обсудим вместе): анализировать жизненные ситуации. Совместной деятельности в парах: оценивать «вредные» советы. Совместной деятельности в группах: составить памятки «Правила личной гигиены». Работе с информацией, представленной на медицинской страничке. Анализировать информацию, представленную в текстах учебника.
5	Движение — это жизнь	Использовать комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.	Практическую деятельность: выполнять упражнения и игры в физкультурном зале.

		Объяснять закаливание организма.	Участвовать в учебном диалоге: «Что такое закаливание». Практическую деятельность: составлять программу закаливания. Анализировать информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка».
5	Компьютер и здоровье	Правилам безопасного пользования компьютером. Применять виды занятий, снимающих утомление.	Проводить самоанализ и самооценку поведения и организации деятельности. Анализировать информацию, представленную в тексте учебника. Практической деятельности: объяснять правила работы с компьютером. Совместной деятельности в парах: анализировать иллюстративный материал по теме урока.
5	Мой безопасный дом	Поддержанию чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правилам уборки квартиры и мытья посуды. Объяснять, какие животные и насекомые, распространяют инфекцию в доме (мыши, тараканы, клопы). Пониманию техники безопасности в доме. Оказанию первой помощи при ушибах, при отравлении клеем, его парами, газом и при поражении током.	Участвовать в учебном диалоге: анализ высказываний. Работать с текстом учебника, формулировать вывод. Совместной деятельности в парах: составлять план уборки квартиры, правила мытья посуды. Участвовать в учебном диалоге: анализ текста и иллюстраций (техника безопасности). Анализировать информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка».
5	Школьная жизнь. Выбор пути: безопасная дорога в школу	Осознанию, что школьная жизнь начинается с дороги. Пониманию, что пешеходы и пассажиры - участники дорожного движения. Описанию дорожного движения в населённом пункте и за городом. Пониманию безопасной дороги. Осознанному выбору безопасного пути в школу. Пониманию правил поведения на дорогах и улицах. «Дорожные ловушки»: способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций. Осознание школьника как пассажира. Понимание правил поведения пассажира в разных видах транспорта.	Выполнять самоанализ и самооценку поведения (на дорогах и улицах). Практической деятельности: правильно выбирать безопасные маршруты от дома до школы. Участвовать в учебном диалоге: анализ жизненных ситуаций. Совместной деятельности в парах: оценивать информацию, представленную в иллюстрациях. Практической деятельности: анализировать и обобщать информацию, представленную в иллюстрациях; характеризовать дорожные знаки. Совместной деятельности в парах: составить рассказ для младшего школьника. Участвовать в учебном диалоге: обсуждение ситуаций, связанных с «дорожными ловушками». Совместной деятельности в группах: ана -

			лизировать иллюстративный материал.
5	Правила поведения в школе	<p>Понимать общие правила поведения в школьном помещении и во дворе школы. Понимать правила поведения на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой. Применять безопасное общение. Оказывать первую помощь при сотрясении мозга, ушибах и кровотечениях. Оказывать помощь заболевшему ребёнку.</p> <p>Ориентироваться в школьных помещениях. Знать меры предупреждения пожаров, правила эвакуации при пожаре. Оказывать помощь при отравлении угарным газом и при ожогах.</p>	<p>Анализировать иллюстративный материал: актуализация имеющегося опыта. Совместной деятельности в группах: составлять памятку «Правила поведения в школе». Участвовать в учебном диалоге «Правила поведения в школе». Выполнять самоконтроль и самооценку поведения (ответы на вопросы). Обсуждать жизненные ситуации: поведение, которое может привести к беде. Практической деятельности: анализировать ситуацию, связанную с общением, поиск правильного решения; язык мимики и жестов. Оценивать информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка». Совместной деятельности в группах: читать и изучать схему эвакуации при пожаре в школе. Обсуждать текст: правила поведения при пожаре.</p>
6	Введение	Доказывать необходимость изучения предмета ОБЖ.	Анализировать информацию, представленную в тексте учебника. Оценивать проблемные ситуации.
6	На игровой площадке	<p>Как готовиться к прогулке. Выбирать одежду и обувь с учётом погоды и планируемых подвижных игр. Применять меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием на площадке, при езде на велосипеде. Зимние игры, безопасность при езде на санках, ледянках. Оказывать первую помощь при переломах и вывихах. Поиск подростками «приключений»: оправдан ли риск. Остерегаться животных на игровой площадке. Применять правила поведения при встрече с собакой. Оказывать первую помощь при укусе собаки.</p>	<p>Читать и анализировать текст учебника «Подготовка к прогулке», «Крылатые качели». Формулировать правила безопасного обращения с качелями, велосипедом. Участвовать в учебном диалоге: правила езды на велосипеде, роликовых коньках. Оценивать информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка». Практической деятельности: уметь оказывать первую помощь при травмах. Читать и анализировать текст «Собака не всегда друг». Участвовать в учебном диалоге: анализ и оценка жизненных ситуаций (стоит ли рисковать). Практической работе: оценивать позы и мимику собаки; уметь оказывать первую помощь при укусе собаки.</p>
6	На природе	Ориентированию на местности. Пониманию,	Практической деятельности: ориентироваться на

		«Что такое ориентир». Умению ориентироваться по компасу, солнцу и часам, Полярной звезде; местным признакам. Умению измерения расстояния на местности.	местности; измерять расстояние на местности. Анализировать правила поведения в лесу («Если ты заблудился»).
6	Природа полна неожиданностей!	Характеризовать опасности, которые могут встретиться во время прогулок на природе. Применять общие правила поведения во время экскурсий в природу. Использовать правила поведения в экстремальных ситуациях (при потере ориентиров на незнакомой местности). Предотвращать опасные встречи (звери, насекомые, змеи). Оказывать первую помощь при укусе насекомого, змеи. Применять правила поведения на водоёмах. Уметь выбирать и оценивать места для купания. Оказывать первую помощь при судорогах, солнечном ударе, утоплении. Оценивать состояния льда в осеннее и весеннее время. Применять правила безопасного поведения на льду. Переправляться через водные преграды.	Актуализировать имеющийся опыт: правила поведения на экскурсиях. Участвовать в учебном диалоге: работа с иллюстрациями и текстами учебника. Совместной деятельности в парах: анализировать и оценивать опасности неправильного поведения. Оценивать информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка». Участвовать в учебном диалоге: выбор места для купания. Формулировать правила купания и катания на лодках. Совместной деятельности в парах: освоить правила нахождения на льду, правила организации переправы.
7	Туристский поход	Осознавать значение туризма в жизни человека. Понимать, что туризм - это способ укрепления здоровья и эмоционального благополучия человека. Описывать историю туризма в мире и в нашей стране. Разъяснять тематику и цели туризма. Соблюдать общие правила организации туристского похода. Умению подготовиться к походу: требования к снаряжению, одежда и обувь для турпохода. Отбирать личные вещи для похода. Понимать особенности продуктов питания, которые берутся в поход. Распознавать виды рюкзаков. Правилам упаковки рюкзака. Спальный мешок. Пониманию режима дня в однодневном и многодневном турпоходе. Соблюдать сочетание передвижения и отдыха. Применять правила организации ночлега, отдыха,	Конструировать план многодневного туристского похода. Практической деятельности: собирать снаряжение к походу, правильно выбирать спортивную одежду и обувь; определять режим дня, режим питания и меню. Совместной деятельности в группах: анализировать текстовую и иллюстративную информацию. Конструировать таблицы, схемы, диаграммы. Аналитической деятельности: оценивать ситуации, отражающие поведение туристов, возникновение неожиданных, чрезвычайных ситуаций. Коммуникативной деятельности: участвовать в учебном диалоге (формулировать собственное мнение, выстраивать реплики, дополнения, уточнения высказываний участников); выстраивать монологическое высказывание. Регулятивной

		<p>передвижения. Применять режим питания в турпоходе. Характеризовать чрезвычайные и неожиданные ситуации, их предвидение и ликвидация возможных причин. Оказывать первую помощь при болезнях, травмах. Формировать аптечку туриста. Использовать записную медицинскую книжку туриста. Применять полезные для туриста лекарственные растения. Знать меры предупреждения возможных случаев отравления грибами и ягодами. Применять меры безопасности при пользовании водой из природных водоёмов. Оказывать первую помощь при отравлении, простуде, ожоге, укусе насекомых и змей.</p>	<p>деятельности: овладевать навыками самоконтроля и самооценки поведения.</p>
7	Когда человек сам себе враг	<p>Определять причины возникновения вредных привычек. Объяснять, при каких обстоятельствах человек сам себе враг. Объяснять вред алкоголя для организма подростка, его здоровья и самочувствия. Объяснять отрицательное влияние алкоголя на умственное развитие и успешность обучения школьника. Пояснять истоки традиционного отношения русского народа к злоупотреблению алкоголем. Объяснять «моду» на курение среди молодёжи. Разъяснять медицинские исследования о вреде курения на растущий организм. Использовать самовоспитание: противодействие желанию закурить.</p>	<p>Коммуникативной деятельности: участвовать в обсуждении проблемы вредных привычек; участвовать в диалоге с врачами - профессионалами в лечении алкогольной зависимости. Аналитической деятельности: оценивать информацию, представленную в текстовом и иллюстративном виде. Рефлексивной деятельности: оценивать своё отношение к вредным привычкам.</p>
8	Введение. Почему это нужно знать?	<p>Осознавать, почему человеку необходимы знания о безопасности жизни? Пониманию задачи предмета ОБЖ. Пониманию, что такое чрезвычайная ситуация, классификации чрезвычайных ситуаций. Осознанию, при каких условиях можно избежать или уменьшить отрицательные последствия чрезвычайных ситуаций?</p>	<p>Коммуникативной деятельности: объяснять и соблюдать правила участия в диалоге. Работе с информацией: соотносить текстовую и иллюстративную информацию. Аналитической деятельности: оценивать информацию, представленную в разных формах; характеризовать понятия: чрезвычайная ситуация, безопасная жизнедеятельность.</p>
8	Современная семья как	<p>Характеризовать типы современной семьи.</p>	<p>Коммуникативной деятельности: участвовать в</p>

	институт воспитания	Осознавать функции семьи. Осознавать условия благополучия в семье. Пояснять, что означает демократический стиль взаимоотношений в семье, уважение к личности ребёнка. Соотносить семью и здоровье детей. Характеризовать социальные (общественные) институты и организации, участвующие в охране жизни и здоровья граждан. Характеризовать репродуктивное здоровье.	диалоге (современная семья и её особенности); характеризовать функции семьи. Работе с информацией: соотносить текстовую и иллюстративную информацию. Аналитической деятельности: оценивать полученную информацию по теме урока; работа с документами: «Конвенция о правах ребёнка»; сообщения на темы «Может ли любовь навредить?», «Когда слово излечивает?», «Рядом с ребёнком или вместе с ним?»
8	Здоровый образ жизни	Понимать, что такое здоровье? Характеризовать физическое здоровье и условия его сохранения. Характеризовать психическое здоровье человека. Взаимосвязывать эмоциональное благополучие и здоровье человека. Понимать условия сохранения здоровья.	Аналитической деятельности: анализировать информацию - текстовую и иллюстративную; обобщение учебного материала. Коммуникативной деятельности: выявлять факторы, определяющие здоровье человека, риски эмоционального благополучия человека; участвовать в диалоге (приведение доказательств своих суждений; дополнение, исправление высказываний собеседников). Рефлексивной деятельности: адекватно реагировать на различные жизненные ситуации, проявлять способность к самооценке, самоуправлению с учётом социальных норм и правил; стремиться планировать свою жизнедеятельность при смене жизненных ситуаций, в том числе при чрезвычайных. Проводить самооценку своего физического развития, составлять программу закаливания. Исследовательской деятельности: оценить связь заболеваний с изменениями погоды, например с увеличением влажности воздуха, или резким похолоданием.
8	Человек и окружающая среда	Характеризовать неблагоприятную экологическую ситуацию и зоны риска. Характеризовать факторы неблагоприятной экологической обстановки. Характеризовать негативное влияние хозяйственной деятельности человека (загрязнение воды, воздуха, почвы).	Деятельность восприятия: человек и мир звуков (влияние городской экологии на здоровье органов чувств). Наблюдать в природе результаты хозяйственной деятельности людей. Исследовательской деятельности: оценить качество воды, воздуха, почвы. Аналитической и

			коммуникативной деятельности: обобщать результаты наблюдений и исследований, формулировать выводы. Совместной деятельности: разъяснять правила взаимодействия при парной (групповой) работе. Проектной деятельности: определять уровень экологического благополучия родного края.
8	Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни	Характеризовать необычные ситуации в быту. Характеризовать причины и последствия пожара. Применять безопасность при использовании бытового газа, предметов бытовой химии. Применять правила поведения при заливе квартиры. Применять правила пользования электроприборами.	Аналитической деятельности: анализировать причины необычных ситуаций в быту. Коммуникативной деятельности: формулировать обобщения и выводы по теме уроков. Практической деятельности: подготовить памятки на случай непредвиденных ситуаций; о приемах первой медицинской помощи в необычных бытовых ситуациях. Рефлексивной деятельности: последовательно оценивать свои действия в различных бытовых ситуациях. Проектной деятельности: по материалам изученной темы.
8	Разумная предосторожность	Предвидеть опасности при выборе места отдыха. Осознавать своё поведение на улицах населённого пункта. Характеризовать понятие «Опасное время суток». Применять меры предосторожности в лифте и на лестнице. Использовать правила поведения при нападении.	Аналитической и коммуникативной деятельности: предложить гипотезу о возможных последствиях своего поведения, формулировать правила поведения в ЧС. Рефлексивной деятельности: контролировать свои действия и поведение в потенциально опасных ситуациях. Практической деятельности: разыграть ролевое поведение при нападении.
8	Опасные игры	Понимать опасность неразоруженных боеприпасов. Различать экстремальные виды спорта и развлечений. Использовать способность предвидеть последствия своего поведения, умение справиться с эмоциями при выборе занятий и развлечений.	Аналитической и коммуникативной деятельности: предложить высказывание о последствиях непродуманных поступков; соотносить текстовую и иллюстративную информацию; формулировать обобщения и выводы. Рефлексивной деятельности: обсуждать последствия экстремальных видов спорта и занятий; определять своё отношение к ним. Проектной деятельности: по материалам изученной темы.

8	Современный транспорт и безопасность	<p>Понимать появление ЧС на дорогах. Характеризовать причины и последствия ДТП. Осознавать, что нарушение правил дорожного движения - основная причина возникновения опасных ситуаций. Характеризовать правила поведения велосипедистов и других участников дорожного движения. Понимать правила поведения в метро. Характеризовать причины и последствия авиакатастроф и железно-дорожных катастроф. Понимать, чем опасны игры на железной дороге.</p>	<p>Аналитической деятельности: давать оценку причин различных ЧС; сравнивать потенциально опасные ситуации на транспорте. Коммуникативной деятельности: формулировать правила поведения на транспорте; составлять выводы по материалам уроков. Практической деятельности: предложить план своего поведения в авиасалоне. Разыграть ролевое поведение участника ЧС. Рефлексивной деятельности: выработать отношение к опасным видам занятий на дорогах, на транспорте. Совместной деятельности (в парах, группах): составить правила взаимодействия.</p>
9	Безопасный отдых и туризм	<p>Характеризовать виды туризма. Составлять групповое снаряжение. Соблюдать правила безопасности в туристском походе (пешем, водном). Подавать сигналы бедствия.</p>	<p>Аналитической деятельности: анализировать причины возникающих в походе трудностей; классифицировать объективные и субъективные трудности. Коммуникативной деятельности: формулировать правила поведения в турпоходе; участвовать в диалоге, соблюдать культуру речевого взаимодействия. Практической деятельности: определять необходимое снаряжение для похода, режим дня туриста; перечислять правила разведения костра; овладевать навыками вязки узлов; подачи сигналов бедствия. Рефлексивной деятельности: оценить ситуацию при отставании от группы, планировать свои действия. Совместной деятельности (в парах, группах): составлять правила взаимодействия.</p>
9	Когда человек сам себе враг	<p>Понимать причины приобщения подростка к курению. Объяснять негативное влияние курения на организм подростка. Характеризовать физическое состояние подростка - курильщика. Воспитывать лкоголь, как разрушитель личности. Объяснять отравление алкоголем. Понимать, что</p>	<p>Исследовательской деятельности: оценить статистическую информацию - влияние вредных привычек на человека. Коммуникативной деятельности: участвовать в дискуссии: характеристика понятия «распад личности»; конструировать обобщение по теме и формулировать вывод. Рефлексивной</p>

		наркотики - яд. Характеризовать их влияние на организм: распад личности человека под влиянием наркотиков.	деятельности: заниматься самовоспитанием (предупреждение курения, принятия алкоголя, привыкания к компьютерным играм). Проектной деятельности: по материалам темы.
9	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	Характеризовать основные понятия, обсуждаемые в теме. Характеризовать классификация чрезвычайных ситуаций, их особенности. Объяснять систему оповещения в ЧС, общие правила при эвакуации. Характеризовать наиболее распространённые и опасные ЧС: природные, геофизические, биологические, техногенные. Рекомендовать безопасное поведение в ЧС.	Аналитической и коммуникативной деятельности: выделять особенности разных ЧС, классифицировать их, описывать разные виды. Работе с информацией: классификация видов ЧС, правила безопасного поведения с учётом опасной ситуации. Характеризовать разные виды ЧС. Рефлексивной деятельности: составлять пошаговое планирование действий в ЧС. Совместной деятельности (в парах, группах): оценить свой вклад в результат совместной деятельности. Практической деятельности: овладевать навыками оказания первой помощи в ЧС; разъяснять порядок использования огнетушителей. Проектной деятельности: по темам уроков.
9	Чрезвычайные ситуации социального характера	Характеризовать национальную безопасность Российской Федерации. Характеризовать экстремизм и терроризм. Объяснять поведение подростка в ситуациях проявления терроризма.	Аналитической и коммуникативной деятельности: овладевать навыками работы с документами (законы Российской Федерации); анализировать информацию о противодействии экстремизму и терроризму. Практической работе: планировать линию поведения в ЧС социального характера. Рефлексивной деятельности: предположить возможность предсказания действий участников ЧС, отработать приёмы развития психологической готовности к ЧС. Проектной деятельности: по темам уроков.

Личностные результаты:

- освоение социальных норм поведения, социальных ролей, связанных с необычными, неожиданными и чрезвычайными ситуациями;
- сформированность социально значимых межличностных отношений, ценностных жизненных установок и нравственных представлений;
- эмоционально - отрицательная оценка потребительского отношения к окружающей среде, к проявлению асоциального поведения;

- наличие способности предвидеть результаты своих действий, корректировать те из них, которые могут привести к нежелательным и/или опасным последствиям;
- устойчивое стремление и готовность к саморазвитию и личностному совершенствованию.

Метапредметные результаты (универсальные учебные действия):

Познавательные:

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

Регулятивные:

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

Коммуникативные:

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

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА:

№/№ п/п	Наименование разделов, тем	Содержание
5 - 7 классы		
I	Введение	Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Что такое здоровый образ жизни, природные и техногенные ситуации.

II	Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя	<p>Почему нужно знать свой организм. Особенности организма человека. Какие системы органов есть у человека. За что отвечают системы органов, их характеристика. Укрепление нервной системы: что нервная система «любит», чего нервная система «не любит». Тренировка сердца. Развитие дыхательной системы, дыхательные упражнения для утренней гимнастики. <i>Правильное рациональное питание</i>: умеренность, сбалансированность, разнообразие, своевременность. Виды углеводов («медленные», «быстрые»), их влияние на организм и здоровье человека. Пирамида сбалансированного питания. <i>Здоровье органов чувств</i>. Сохранение зрения. Слух, обоняние, вкус. <i>Как вести здоровый образ жизни</i>. Факторы, влияющие на здоровье: условия жизни, образ жизни, врождённые особенности, качество медицинского обслуживания. Организованность и здоровье. Организованность и планирование своей жизни - условие сохранения здоровья. <i>Чистота - залог здоровья</i>. Правила личной гигиены. Тщательно вымытые овощи и фрукты как условие сохранения здоровья. <i>Движение - это жизнь</i>. Положительное влияние физкультуры на организм человека. Комплекс упражнений для развития движений. Программа повышения уровня своей физической подготовки. <i>Закаливание как условие сохранения здоровья</i>. Значение закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Правила закаливания. <i>Компьютер и здоровье</i>. Отрицательное влияние работы с компьютером на здоровье человека: усталость, перевозбуждение, ухудшение зрения, отрицательное эмоциональное состояние, «синдром круглой спины». Правила безопасного пользования компьютером. Упражнения, которые снимают усталость при работе с компьютером.</p>
III	Мой безопасный дом	<p><i>Поддержание чистоты и порядка в доме</i>. Мыши, крысы, тараканы - животные не домашние! Распространение грызунами и тараканами опасных инфекционных заболеваний. Чистота - одно из условий борьбы с грызунами и тараканами. Соблюдение правил при проведении хозяйственных работ (мытьё посуды, уборка комнат). <i>Дела домашние: техника безопасности</i>. Проявление осторожности, предусмотрительности при проведении хозяйственных работ (работа с клеем, молотком, пилой и прочими инструментами). Правила поведения при появлении запаха газа, при пожаре. <i>Безопасное электричество и газ</i>. Правила использования электроприборов; условия возникновения коротких замыканий, пожаров, получение ожогов и травм. Правила безопасного пользования газом.</p>

IV	Школьная жизнь	<p><i>Дорожное движение в населённом пункте.</i> Выбор пути. Безопасная дорога в школу. Поведение на улицах и дорогах. Знание адреса школы, названия ближайших остановок транспорта. Участники дорожного движения: пассажиры, пешеходы, водители. Соблюдение «Правил дорожного движения» - условие сохранения жизни и здоровья. Необходимость внимательного отношения к дорожной обстановке, оценка дорожной ситуации. Знаки дорожного движения: предупреждающие, запрещающие, предписывающие. «Дорожные ловушки». Правила передвижения на регулируемых и нерегулируемых перекрёстках и улицах. Правила поведения пешехода и пассажира. <i>Правила поведения в школе.</i> Общие правила поведения в школьном помещении и на территории школы. Поведение на уроках, переменах, в столовой, раздевалке и других школьных помещениях. Общение со сверстниками. Поведение в школе, которое может привести к беде. Устранение конфликтов. Заболевший ученик в школе. Помощь заболевшему сверстнику. <i>Ориентировка в школьных помещениях.</i> Меры предупреждения пожара, правила эвакуации, правила поведения при пожаре.</p>
V	На игровой площадке	<p>Подготовка к прогулке: выбор обуви и одежды. Поведение на игровой площадке. Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием, при езде на велосипеде, роликовых коньках и прочем. Зимние игры. Безопасность катания на санках и ледянках. Предусмотрительность и осторожность во время игр. Особенности поведения на игровой площадке при условии близости игровой зоны для самых маленьких детей. Правила проведения спортивных игр (футбол, волейбол, хоккей и других) при небольших размерах игровой площадки и близости дороги или шоссе. Оказание первой помощи при ушибах, вывихах, переломах. <i>Животные на игровой площадке.</i> Правила поведения при встрече с собакой. Способность определить её настроение по позе и поведению. Предусмотрительность и осторожность. Первая помощь при укусе собаки.</p>
VI	На природе	<p><i>Ориентирование на местности.</i> Что такое ориентир. Ориентирование по компасу, Солнцу, часам, Полярной звезде, местным признакам. Измерение расстояния на местности. Опасности, которые могут встретиться в природе. Общие правила поведения в лесу, на водоёме. Правила поведения при экстремальных ситуациях (потеря ориентиров на незнакомой местности и других). Правила поведения при встрече с опасными животными (насекомые, змеи, звери). Действия человека, которого укусила оса (клещ, змея). <i>Опасности, которые таит вода.</i> Выбор места для купания и его оценка. Правила безопасного поведения на воде при купании, катании на лодке. Оценка состояния льда в осеннее и весеннее время года. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные препятствия. Предусмотрительность и осторожность во время преодаления водных препятствий.</p>

VII	Туристский поход: радость без неприятностей	<i>Подготовка к походу.</i> Правила организации безопасного туристского похода. Подбор снаряжения, сбор продуктов питания. Одежда и обувь для похода. Правила упаковки рюкзака. Спальный мешок. Походная аптечка. Список лечебных препаратов, необходимых в походе. Режим дня в многодневном походе. Правила организации режима дня туриста: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий и игр. Походная еда, правила её приготовления.
VIII	Когда человек сам себе враг	<i>Вредные привычки, их пагубное влияние.</i> Алкоголь. Вред алкоголя для здоровья, умственной деятельности, поведения человека. Особая опасность приёма алкоголя в подростковом возрасте. Курение. Вред курения для здоровья. Особая опасность курения в подростковом возрасте. <i>Медицинские знания и умения:</i> упражнения при простуде и влажном кашле; первая помощь при отравлении; аллергия и её влияние на организм человека; если в глаз попала соринка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (глисты, дизентерия, педикулёз). Правила закаливания. Условия безопасной работы за компьютером. Приёмы осторожного обращения с клеем при проведении домашних хозяйственных работ. Первая помощь при отравлении газом. Симптомы сотрясения мозга, действия в случае подозрения на сотрясение мозга; остановка кровотечения из носа. Правила поведения заболевшего. Помощь при ожогах, отравлении угарным газом. Способы снятия усталости. Предупреждение простудных заболеваний. Первая помощь при подозрении на переломы и вывихи. Первая помощь при укусе насекомых, змей, клещей. Ядовитые растения и грибы. Помощь при отравлении грибами. Оказание первой помощи при солнечном ударе, утоплении, судороге. Первая помощь при потёртости кожи. Лечение ожогов в туристском походе.
IX	Практические работы	Способы тренировки дыхательной системы (дыхательные упражнения); проверка степени загрязнения воды; режим питания подростков; овладение приёмами тренировки глаз; выполнение физических упражнений; индивидуальная программа закаливания; правила безопасного пользования компьютером; выбор безопасного пути из дома в школу; оценка дорожной ситуации; правила дорожного движения; обсуждение ситуаций, связанных с поведением в школе; репетиция эвакуации из помещения школы при возникновении пожара; первая помощь при лёгких травмах; овладение навыком работы с компасом; определение сторон света по солнцу; определение сторон света по местным признакам; измерение расстояний на местности; приёмы искусственного дыхания; отличительные признаки ядовитых для человека грибов.
X	Проектная деятельность	Темы проектной деятельности определяются учителем в соответствии с интересами учащихся, условиями работы образовательной организации.
8 - 9 классы		

I	Введение. Почему это нужно знать?	Почему человеку необходимы знания о безопасности жизни? Задачи предмета ОБЖ. Что такое чрезвычайная ситуация, классификация чрезвычайных ситуаций. При каких условиях можно избежать или хотя бы уменьшить отрицательные последствия чрезвычайных ситуаций?
II	Здоровый образ жизни. Что это такое?	<p>Характеристика современной семьи как института воспитания. Какие бывают семьи (типы современной семьи). Семья как ячейка общества, социальный институт. Функции современной семьи. Условия благополучия в семье. Эмоциональная атмосфера и семейные отношения. Уважение к личности ребёнка, создание демократического стиля взаимоотношений в семье - гарантия эмоционального, психического, душевного благополучия и здоровья детей. Что такое репродуктивное здоровье. Влияние семьи на здоровье подрастающего поколения, его психическое и эмоциональное благополучие. Социальные (общественные) институты и организации, участвующие в охране жизни и здоровья граждан. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Физическое здоровье и условия его сохранения. Психическое здоровье человека. Эмоциональное благополучие и здоровье человека. Внешние признаки здорового человека: уверенная походка, правильная осанка, приятное выражение лица, активность. Факторы, определяющие физическое здоровье человека: наследственность, экология, условия проживания, медицинское обслуживание, желание и воля человека. Физическая культура и здоровье. Психическое здоровье и условия его сохранения: осознание человеком своего «Я», объективная оценка своих возможностей, способностей, успешности деятельности. Адекватность реакций на различные жизненные ситуации, способность к самооценке, самоуправлению с учётом социальных норм и правил; стремление планировать свою жизнедеятельность при смене жизненных ситуаций, в том числе при чрезвычайных. Социальные факторы, отрицательно воздействующие на психическое здоровье человека: социальные конфликты, нестабильность в обществе, нарушение взаимоотношений людей и другие. Эмоциональное здоровье подростка и условия его сохранения: благополучная адаптация к коллективу сверстников, демократический стиль отношений со взрослыми и сверстниками, интересная познавательная среда, объективная самооценка, правильная организация жизни и деятельности и другое. Негативные факторы воздействия на эмоциональное здоровье и благополучие подростка: проблемы в семейных отношениях, неумение общаться (дружить), неблагоприятный школьный климат, необъективная оценка своего «Я» и другое. Социальное здоровье и условия его сохранения. Осознанное и добровольное принятие нравственных ценностей общества и их добровольное исполнение как критерий социального здоровья.</p>
III	Человек и окружающая среда	Неблагополучная экологическая ситуация и зоны риска. Факторы неблагоприятной экологической обстановки: загрязнение воздуха и его причины. «Безобидный воздух», «загрязнённый воздух». Негативное влияние хозяйственной деятельности человека на чистоту воздуха. Ухудшение качества воды и его причины. Типы загрязнений пресных водоёмов:

		промышленное загрязнение, бытовые отходы, химические вещества, применяемые в сельском хозяйстве, работа водного транспорта. Основные факторы, влияющие на загрязнение почвы, и последствия загрязнения. Человек и мир звуков: влияние городской экологии на здоровье органов чувств.
IV	Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни	Причины и последствия пожара. Правила пожарной безопасности. Правила поведения при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Меры безопасности при пользовании пиротехникой. Чрезвычайные ситуации в быту. Безопасность при использовании бытового газа, предметов бытовой химии. Правила поведения при заливе квартиры. Правила пользования электроприборами.
V	Разумная предосторожность	Предвидение опасностей при выборе места отдыха. Внимательное отношение к объявлениям технических, экологических, санитарных служб. Поведение на улицах населённого пункта. Опасное время суток. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении.
VI	Опасные игры	Неразорвавшиеся боеприпасы. Экстремальные виды спорта и развлечений. Способность предвидеть последствия своего поведения, умение справиться с эмоциями при выборе занятий и развлечений.
VII	Современный транспорт и безопасность	Транспорт в современном мире. Чрезвычайные ситуации на дорогах. Дорожно-транспортные происшествия. Причины и последствия. Нарушение ПДД как главная причина дорожных происшествий. Опасные игры на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Знаки дорожного движения для велосипедистов. Поведение в дорожно-транспортных происшествиях. Опасные ситуации в метро. Правила поведения на станции метро, эскалаторе, в вагоне поезда. Поведение в салоне авиалайнера. Пожар на борту лайнера или другие чрезвычайные ситуации: правила поведения. Авиакатастрофы. Железнодорожные катастрофы: правила поведения. Опасные игры на железнодорожном транспорте. Отрицательное отношение к ним.
VIII	Безопасный отдых и туризм	Виды туризма. Объективные и субъективные трудности туристского похода. Групповое снаряжение походной туристской группы. Обеспечение безопасности в туристских походах: виды опасностей. Движение по маршруту, график движения. Правила преодоления естественных препятствий. Обеспечение безопасности при переправах через водные препятствия. Правила разведения костра. Правила поведения туриста, если он отстал от группы. Сигналы бедствия. Туризм и экология окружающей среды. Обеспечение безопасности в водном туристском походе. Снаряжение для водного туризма. Правила безопасного поведения на воде. Узлы в туристском походе.

IX	Когда человек сам себе враг	Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания, употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Причины приобщения подростка к курению. Негативное влияние курения на организм подростка. Физическое состояние подростка - курильщика. Алкоголь - разрушитель личности: воздействие алкоголя на организм человека. Отравление алкоголем. Наркотики - яд. Влияние наркотиков на организм: распад личности человека под влиянием наркотиков. Токсикомания - страшная зависимость. Детская игромания - болезненное состояние, которое отражает неуправляемую зависимость человека от процесса игры, неоправданное желание с её помощью устранить свои проблемы. Самовоспитание: предупреждение привыкания к компьютерным играм.
X	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	Что такое чрезвычайная ситуация: основные понятия. Классификация чрезвычайных ситуаций (ЧС), их характер и особенности. Система оповещения в ЧС, общие правила эвакуации. Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них. Характеристика наиболее распространённых и опасных ЧС. Геофизические чрезвычайные ситуации: землетрясение как геофизическое природное явление; наводнения, природные пожары, извержения вулкана, цунами, сели, оползни и другие. Предвестники природных ЧС. Поведение во время природных ЧС. Чрезвычайные ситуации биологического происхождения и защита от них: эпидемии, энзоотии, эпизоотии (без обязательного усвоения термина). Пути заражения. Способы предупреждения заражения. Чрезвычайные ситуации техногенного характера: причины и виды. Безопасное поведение в техногенных ЧС.
XI	Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации	Экстремизм и терроризм. Крайние проявления экстремизма. Проявление терроризма. Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму. Государственные мероприятия по борьбе с экстремизмом и терроризмом. Пути снижения угрозы теракта. Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения), при обнаружении неизвестного предмета. Поведение во время взрыва в местах скопления людей, в жилом доме.
XII	Медицинские знания и умения	Условия репродуктивного здоровья: гигиена, знание своего организма, риски старшего подросткового возраста. Правильное питание. Продукты, содержащие кальций. Ценность употребления витамина С. Диета: «за» и «против». Ожоги. Первая помощь при ожогах. Действия при отравлении угарным газом, химическими веществами, ядохимикатами. Первая помощь при электротравмах. Переломы. Правила поведения при подозрении на перелом, первая доврачебная помощь. Соблюдение осторожности и внимательности при оказании помощи. Телесные повреждения при ДТП. Виды кровотечений и первая помощь пострадавшему. Растения, опасные для туриста. Первая помощь при отравлении. Курение и его влияние на организм. Первая помощь при отравлении алкоголем. Наркотики: губительное воздействие на организм. Запрещённые в России наркотические и психо - тропные вещества. Внешние проявления

		токсикомании. Первая помощь при травмах различной степени тяжести, при отравлении химическими веществами. Что нужно знать о гриппе, других эпидемиях. Заболевания животных, опасные для человека. Чрезвычайные ситуации на гидротехнических сооружениях. Последствия аварий на гидротехнических сооружениях и правила поведения во время ЧС. Первая помощь при ранениях, вызванных взрывами.
XIII	Практические работы	Навыки работы с документами: понятие «чрезвычайная ситуация», виды ЧС. Самооценка: развитие волевых качеств. Источники шума в современной городской квартире. Аварийная посадка самолёта. Распределение снаряжения между участниками турпохода. График движения по туристскому маршруту. Освоение разных типов узлов. Навыки работы с документами: Федеральный закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака». Водоохранные зоны и прибрежные защитные полосы. Первая помощь при кровотечениях. Навыки работы с документами: Федеральные законы «О противодействии экстремистской деятельности», «О противодействии терроризму». Ознакомление с устройством и порядком использования огнетушителей. Психологическая готовность к встрече с преступником. Использование подручных средств самообороны. Линия поведения в чрезвычайных ситуациях.
XIV	Проектная деятельность	Темы проектной деятельности определяются учителем в соответствии с интересами учащихся, условиями работы образовательной организации.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (5 класс):

№/№ П/П	Название темы	Число часов для занятий
1	Введение.	1
2	Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя	7
3	Здоровье органов чувств	2
4	Здоровый образ жизни (ЗОЖ)	3
5	Движение - это жизнь	2
6	Компьютер и здоровье	3
7	Мой безопасный дом	4
8	Школьная жизнь. Выбор пути: безопасная дорога в школу	6
9	Правила поведения в школе	6

ИТОГО:	34
--------	----

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (6 класс):

№/№ П/П	Название темы	Число часов для занятий
1	Введение	2
2	На игровой площадке	10
3	На природе	7
4	Природа полна неожиданностей	15
ИТОГО:		34

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (7 класс):

№/№ П/П	Название темы	Число часов для занятий
1	Туристский поход	19
2	Когда человек сам себе враг	15
ИТОГО:		34

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (8 класс):

№/№ П/П	Название темы	Число часов для занятий
1	Введение. Почему это нужно знать?	2
2	Современная семья как институт воспитания	5
3	Здоровый образ жизни	5
4	Человек и окружающая среда	5
5	Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни	9
6	Современный транспорт и безопасность	8
ИТОГО:		34

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (9 класс):

№/№ П/П	Название темы	Число часов для занятий
1	Безопасный отдых и туризм	10
2	Когда человек сам себе враг	6
3	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	12
4	Чрезвычайные ситуации социального характера	6
ИТОГО:		34