

«ПРИНЯТО»

Педагогическим советом  
школы  
Протокол № 09 от 16.06. 2022  
г.

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБОУ школы №469  
Приказ № 375 от 16.06.2022 г.  
\_\_\_\_\_/Ю.А. Купорова

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ОБЖ

для **7** –х классов на 2022-2023 учебный год

уровень основного общего образования

Составитель:  
Солнцев А.В.,  
учитель ОБЖ

Санкт-Петербург  
2022 г

## Пояснительная записка

Рабочая программа предназначена для изучения основ безопасности жизнедеятельности в основной школе (7-9 классы), соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту основного общего образования /Стандарты второго поколения / М.: «Просвещение», 2019).

Рабочая программа предназначена для обучающихся 7-9 классов.

Программа составлена на основе примерной программы основного общего образования по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-9 классов( М.: Просвещение, 2019) и авторской программы: Основы безопасности жизнедеятельности: 7-9 классы: программа / Н.Ф. Виноградовой, Д.В. Смирнова, М.: Вента-Граф, 2019-272 с.

Программа реализуется по УМК Н.Ф. Виноградовой, Д.В. Смирнова, Л.В. Сидоренко

В настоящее время вопросы обеспечения безопасности жизнедеятельности стали одной из самых насущных потребностей каждого человека, общества и государства.

Актуальность изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) в основной школе обусловлена необходимостью выполнения социального заказа. В последние десятилетия наблюдается тенденция к увеличению случаев возникновения чрезвычайных ситуаций природного, техногенного, социального и бытового характера, опасных для человека. К природным чрезвычайным ситуациям относятся стихийные бедствия (ураганы, штормы, сели, землетрясения извержения вулканов и пр.); к техногенным – аварии или опасные техногенные происшествия; к социальным - экстраординарные ситуации, связанные с террористической угрозой, асоциальным поведением людей; к бытовым – ситуации, вызванные нарушением правил техники безопасности в быту (пожары, замыкания в электросети, утечка газа, воды); к дорожным - ситуации, связанные с поведением на дороге, в транспорте.

В условиях чрезвычайных ситуаций может возникнуть угроза для жизни человека. Анализ этих ситуаций показывает, что среди причин гибели людей, в частности детей школьного возраста, основными являются, во-первых, отсутствие элементарных знаний о правилах поведения в экстремальных ситуациях; во-вторых, слабо развитая мотивация действий и как результат- недостаточно сформированное прогностическое восприятие и мышление, отсутствие опыта решения задач по преодолению нестандартных ситуаций. Исходя из этого основной идеей конструирования данной предметной линии стало формирование психологической готовности школьника к принятию возникшей чрезвычайной ситуации, развитие мотивов поведения и умения предвидеть опасность. Поэтому в средствах обучения, реализующих программу, много материалов. Которые направлены на анализ воображаемых ситуаций, предвидение и оценку возможных действий, которые в этих ситуациях необходимо совершить.

### Цели и задачи изучения предмета.

Изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) в основной школе направленно на реализацию следующей воспитательно-образовательной **цели**: расширение знаний и формирование умений подростков по организации здорового образа жизни, выбору правильного поведения в различных неординарных и чрезвычайных ситуациях.

Основными **задачами** изучения данной предметной области являются следующие:

- 1) Осознание необходимости изучения правил поведения в необычных, нестандартных и чрезвычайных ситуациях, овладения умением ориентироваться в них;
- 2) Воспитание способности к восприятию и оценке жизненных ситуаций, таящих в себе опасность, и приобретение опыта их преодоления;
- 3) Формирование представлений о причинах возникновения опасных ситуаций, правилах безопасного поведения в них;
- 4) Воспитание самоконтроля и самооценки поведения в опасных для здоровья и жизни ситуациях, развитие умения предвидеть последствия своего поведения.

### **Общая характеристика учебного предмета Основы безопасности жизнедеятельности в 7-9 классах.**

Основы безопасности жизнедеятельности (ОБЖ) — область знаний, в которой изучаются опасности, угрожающие человеку, закономерности их проявлений и способы защиты от них.

В задачи ОБЖ входит:  
предвидеть опасность;  
распознать опасность;  
классифицировать опасность;  
избегать опасности;  
правильно действовать в опасной ситуации.

Для успешной реализации мер по сохранению жизни людей, проживающих в условиях техносферы, по обеспечению личной и коллективной безопасности значительную роль, если не сказать – определяющую, играют уровень знаний каждого человека об опасностях окружающего мира и способах защиты от них, практические навыки защиты, а также сформированности культуры безопасного поведения.

Сложившаяся ситуация в обществе обуславливает необходимость пристального внимания со стороны системы образования, а также необходимость выстраивания конструктивного взаимодействия образовательных учреждений с различными ведомствами, обеспечивающими безопасность, охрану здоровья, психологическую поддержку населения, научно-методическую поддержку в области безопасности и здоровья.

В этой связи возрастает роль и ответственность системы образования за подготовку обучающихся по вопросам, относящимся к области безопасности жизнедеятельности, формирования культуры безопасного поведения и выработки привычек здорового образа жизни.

Многие проблемы поможет решить курс ОБЖ, главной целью которого, как подчеркнуто в письме Минобрнауки Российской Федерации «Об организации преподавания основ безопасности жизнедеятельности в общеобразовательных учреждениях России» является формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих, приобретение способностей сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных угрожающих жизни условиях и привитие навыков по оказанию помощи пострадавшим.

Следует заметить, что данный курс, введенный в учреждениях общего и профессионального образования, представляет собой один из немногих интегрированных образовательных курсов. Его уникальная особенность обусловлена высокой социальной значимостью и общей воспитательной направленностью. Он включает в себя важнейшие

компоненты, относящиеся к формированию культуры здорового образа жизни, бережному отношению к своему здоровью, умению сказать «нет» вредным привычкам

Отбор содержания учебного предмета ОБЖ исходит из следующих **дидактических принципов**.

- 1) Учет требований стандарта основного общего образования по данной предметной области.
- 2) Актуальность для подростков обсуждаемых проблем.
- 3) Принцип интеграции. Весь учебный материал подчинен принципу интеграции субъективных и объективных факторов, обеспечивающих безопасность в любой чрезвычайной ситуации.
- 4) Принцип психологической обусловленности позволяет обучающемуся быть не столько объектом, сколько субъектом образовательной деятельности.
- 5) Практическая направленность курса. Этот принцип обеспечивает формирование конкретных умений в процессе практических занятий как на уроках, так и во внеучебной деятельности.
- 6) Деятельностный подход. Реализация этого принципа обеспечивает активность и самостоятельность учебной деятельности школьника.
- 7) Культурологический принцип дает возможность расширить круг представлений школьников о проблемах здоровья, его укрепления и охраны.

Программное содержание курса построено по линейно-концентрическому принципу, то есть разворачивается последовательно, постепенно усложняясь и расширяясь. В каждой теме обязательно выполняются практические задания, осуществляется проектная деятельность.

### **Место учебного предмета в учебном плане.**

Предмет ОБЖ изучается на уровне основного общего образования в 7-9 классах в общем объеме 102 часа: по одному часу в неделю: 34 часа в 7 классе, 34 часа в 8 классе и 34 часа в 9 классе.

### **Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета.**

#### **Личностные результаты:**

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

и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;

- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

### **Метапредметные результаты:**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности ее решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- освоение приемов действия в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

### **Предметные результаты:**

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

### **Планируемые результаты образовательной деятельности.**

<b>Выпускник научится:</b>	<b>Выпускник получит возможность научиться:</b>
<b>Основы комплексной безопасности</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• классифицировать и описывать потенциально опасные бытовые ситуации и объекты экономики, расположенные в районе проживания; чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, наиболее вероятные для региона проживания;</li> <li>• анализировать и характеризовать причины возникновения различных опасных ситуаций в повседневной жизни и их последствия, в том числе возможные причины и последствия пожаров, дорожно-транспортных происшествий (ДТП), загрязнения окружающей природной среды, чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;</li> <li>• выявлять и характеризовать роль и влияние человеческого фактора в возникновении опасных ситуаций, обосновывать необходимость повышения</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• систематизировать основные положения нормативно-правовых актов Российской Федерации в области безопасности и обосновывать их значение для обеспечения национальной безопасности России в современном мире; раскрывать на примерах влияние последствий чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера на национальную безопасность Российской Федерации;</li> <li>• прогнозировать возможность возникновения опасных и</li> </ul>

<p>уровня культуры безопасности жизнедеятельности населения страны в современных условиях;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать модель личного безопасного поведения по соблюдению правил пожарной безопасности в повседневной жизни; по поведению на дорогах в качестве пешехода, пассажира и водителя велосипеда, по минимизации отрицательного влияния на здоровье неблагоприятной окружающей среды;</li> <li>• разрабатывать личный план по охране окружающей природной среды в местах проживания; план самостоятельной подготовки к активному отдыху на природе и обеспечению безопасности отдыха; план безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций с учётом особенностей обстановки в регионе;</li> <li>• руководствоваться рекомендациями специалистов в области безопасности по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</li> </ul>	<p>чрезвычайных ситуаций по их характерным признакам;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• характеризовать роль образования в системе формирования современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности у населения страны;</li> <li>• проектировать план по повышению индивидуального уровня культуры безопасности жизнедеятельности для защищённости личных жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз.</li> </ul>
<p><b>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• характеризовать в общих чертах организационные основы по защите населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; объяснять необходимость подготовки граждан к защите Отечества; устанавливать взаимосвязь между нравственной и патриотической проекцией личности и необходимостью обороны государства от внешних врагов;</li> <li>• характеризовать РСЧС[1]: классифицировать основные задачи, которые решает РСЧС по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; обосновывать предназначение функциональных и территориальных подсистем РСЧС; характеризовать силы и средства, которыми располагает РСЧС для защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;</li> <li>• характеризовать гражданскую оборону как составную часть системы обеспечения национальной безопасности России: классифицировать основные задачи, возложенные на гражданскую оборону по защите населения РФ от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; различать факторы, которые определяют развитие гражданской обороны в современных условиях; характеризовать и обосновывать основные обязанности граждан РФ в области гражданской обороны;</li> <li>• характеризовать МЧС России: классифицировать</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать основные задачи, стоящие перед образовательным учреждением, по защите обучающихся и персонала от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;</li> <li>• подбирать материал и готовить занятие на тему «Основные задачи гражданской обороны по защите населения от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени»;</li> <li>• обсуждать тему «Ключевая роль МЧС России в формировании культуры безопасности жизнедеятельности у населения Российской Федерации»;</li> <li>• различать инженерно-технические сооружения, которые используются в районе проживания, для защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера, классифицировать их по предназначению и защитным свойствам.</li> </ul>

основные задачи, которые решает МЧС России по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; давать характеристику силам МЧС России, которые обеспечивают немедленное реагирование при возникновении чрезвычайных ситуаций;

- характеризовать основные мероприятия, которые проводятся в РФ, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- анализировать систему мониторинга и прогнозирования чрезвычайных ситуаций и основные мероприятия, которые она в себя включает;
- описывать основные задачи системы инженерных сооружений, которая существует в районе проживания, для защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- описывать существующую систему оповещения населения при угрозе возникновения чрезвычайной ситуации;
- анализировать мероприятия, принимаемые МЧС России, по использованию современных технических средств для информирования населения о чрезвычайных ситуациях;
- характеризовать эвакуацию населения как один из основных способов защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; различать виды эвакуации; составлять перечень необходимых личных предметов на случай эвакуации;
- характеризовать аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения как совокупность первоочередных работ в зоне чрезвычайной ситуации;
- анализировать основные мероприятия, которые проводятся при аварийно-спасательных работах в очагах поражения;
- описывать основные мероприятия, которые проводятся при выполнении неотложных работ;
- моделировать свои действия по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях в районе проживания при нахождении в школе, на улице, в общественном месте (в театре, библиотеке и др.), дома.

### **Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации**

- негативно относиться к любым видам террористической и экстремистской деятельности;
- характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьёзную угрозу личности, обществу и национальной безопасности России;
- анализировать основные положения нормативно-правовых актов РФ по противодействию терроризму и экстремизму и обосновывать необходимость

- формировать индивидуальные основы правовой психологии для противостояния идеологии насилия;
- формировать личные убеждения, способствующие профилактике вовлечения в террористическую деятельность;
- формировать индивидуальные



<p>комплекса мер, принимаемых в РФ по противодействию терроризму;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• воспитывать у себя личные убеждения и качества, которые способствуют формированию антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления;</li> <li>• обосновывать значение культуры безопасности жизнедеятельности в противодействии идеологии терроризма и экстремизма;</li> <li>• характеризовать основные меры уголовной ответственности за участие в террористической и экстремистской деятельности;</li> <li>• моделировать последовательность своих действий при угрозе террористического акта.</li> </ul>	<p>качества, способствующие противодействию экстремизму и терроризму;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• использовать знания о здоровом образе жизни, социальных нормах и законодательстве для выработки осознанного негативного отношения к любым видам нарушений общественного порядка, употреблению алкоголя и наркотиков, а также к любым видам экстремистской и террористической деятельности.</li> </ul>
<p><b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b></p> <p><b>Основы здорового образа жизни</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• характеризовать здоровый образ жизни и его основные составляющие как индивидуальную систему поведения человека в повседневной жизни, обеспечивающую совершенствование его духовных и физических качеств; использовать знания о здоровье и здоровом образе жизни как средство физического совершенствования;</li> <li>• анализировать состояние личного здоровья и принимать меры по его сохранению, соблюдать нормы и правила здорового образа жизни для сохранения и укрепления личного здоровья;</li> <li>• классифицировать знания об основных факторах, разрушающих здоровье; характеризовать факторы, потенциально опасные для здоровья (вредные привычки, ранние половые связи и др.), и их возможные последствия;</li> <li>• систематизировать знания о репродуктивном здоровье как единой составляющей здоровья личности и общества; формировать личные качества, которыми должны обладать молодые люди, решившие вступить в брак;</li> <li>• анализировать основные демографические процессы в Российской Федерации; описывать и комментировать основы семейного законодательства в Российской Федерации; объяснить роль семьи в жизни личности и общества, значение семьи для обеспечения демографической безопасности государства.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• использовать здоровье сберегающие технологии (совокупность методов и процессов) для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, в том числе его духовной, физической и социальной составляющих.</li> </ul>
<p><b>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• характеризовать различные повреждения и травмы, наиболее часто встречающиеся в быту, и их возможные последствия для здоровья;</li> <li>• анализировать возможные последствия неотложных состояний в случаях, если не будет своевременно</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• готовить и проводить занятия по обучению правилам оказания само- и взаимопомощи при наиболее часто встречающихся в быту повреждениях и травмах.</li> </ul>

оказана первая помощь;

- характеризовать предназначение первой помощи пострадавшим; классифицировать средства, используемые при оказании первой помощи; соблюдать последовательность действий при оказании первой помощи при различных повреждениях, травмах, наиболее часто случающихся в быту; определять последовательность оказания первой помощи и различать её средства в конкретных ситуациях;
- анализировать причины массовых поражений в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера и систему мер по защите населения в условиях чрезвычайных ситуаций и минимизации массовых поражений; выполнять в паре/втроём приёмы оказания само- и взаимопомощи в зоне массовых поражений.

## Содержание учебного предмета ОБЖ

7 класс (34 часа)

### **Введение. Основы безопасности жизнедеятельности.**

Проблема здорового образа жизни. Как её решали в древности. Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ.

Расширение кругозора. Физическое воспитание в Спарте

### **Здоровый образ жизни. Что это?**

Что такое здоровый образ жизни. Слагаемые здоровья. Что такое физическое здоровье. Значение физической культуры для здоровья человека. Хорошее физическое состояние обеспечивает здоровье и эмоциональное благополучие человека. Закаливание как способ тренировки организма. Правила личной гигиены.

Расширение кругозора. Русская баня и здоровье; польза закаливания

Правила рационального питания, соблюдение которых позволяет поддерживать здоровье. Белки — строительный материал для организма; углеводы и жиры — источник энергии для организма. Продукты питания как экологический фактор. Питание и болезни. Диета.

Расширение кругозора. Чемпион среди круп по содержанию белков. Благоприятное воздействие зелёного чая

Психическое здоровье — эмоциональное благополучие человека. Способность управлять эмоциями, спокойно решать возникающие проблемы. Использование релаксационных упражнений как средства регулирования своего эмоционального состояния, развитие способности «властвовать собой». Воздействие шумов на организм человека. Компьютер и здоровье. Информационная безопасность

Человек — социальное существо, член общества. Социальная среда — обязательное условие развития человека. Отношения с окружающими людьми — показатель социального здоровья человека. Общение — ценная деятельность человека. Учение — социально важная деятельность, обеспечивающая прогресс общества. Круг интересов человека. Фанаты и поклонники.

Расширение кругозора. Дети-маугли.

Репродуктивное здоровье — способность человека к воспроизведению. Половое созревание — особенность подросткового и юношеского возраста. Подготовка организма к деторождению. Чистота тела — одно из условий репродуктивного здоровья. Риски старшего подросткового возраста

### **Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни**

Пожар — чрезвычайная ситуация. Причины пожаров. Поражающие факторы пожара. Правила пожарной безопасности. Безопасность во время праздничных фейерверков. Организация эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения. Помощь при ожогах.

Залив жилища. Причины заливов помещений. Правила поведения при заливах. Электричество при неправильном использовании может быть опасным. Правила пользования электроприборами. Оценка обстановки при электротравмах, первая помощь.

Правила пользования газовыми приборами. Первая помощь при отравлении бытовым газом.  
Правила безопасности при пользовании бытовой химией

Досуг в городе; каких мест лучше избегать. Как вести себя на улице. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении. Подручные средства самообороны.

Места, где играть запрещено. Опасности, которые скрывает карьер. Экстрим в игре и спорте.  
Неразорвавшиеся боеприпасы.

Расширение кругозора. Уголовный кодекс РФ о проникновении в чужое жилище

### **Итоговое контрольное тестирование**

### **Итоговое повторение и обобщение**

*Формы, периодичность и порядок контроля успеваемости.*

Содержание	Кол- вочасов	Тесты
Повтор темы: Проблема здорового образа жизни	1	
Цели предмета ОБЖ	1	
Зависит ли здоровье от образа жизни? Физическое здоровье человека	4	
Правильное питание	4	
Психическое здоровье человека	2	
Социальное здоровье человека	2	
Репродуктивное здоровье подростков и его охрана	3	
Как вести себя при пожаре. Чрезвычайные ситуации в быту	9	
Разумная предосторожность. Опасные игры	5	
Итоговое контрольное тестирование за 7 класс	1	1
Итоговое повторение и обобщение	2	
Итого	34	

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся- 5 класс

№ п/п	Наименование раздела (темы), тема урока	Кол-во часов	Практика	Контроль	Основные виды учебной деятельности обучающихся	Дата проведения	
						План	Факт
1	Повтор темы: Проблема здорового образа жизни	1			Коммуникативная деятельность: правила участия в диалоге и дискуссии; построение суждений. Работа с информацией: отбор видео- и интернет-материалов и их оценка. Аналитическая деятельность: чтение и оценка учебных текстов для ответа на вопрос «Почему проблема здорового образа жизни волновала общество уже в древности?»; выделение главной мысли учебного текста. Самооценка: определение своих возможностей и способностей.	1 неделя (сентябрь)	
2	Цели предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»	1			Конструирование понятий: природные чрезвычайные ситуации, техногенные чрезвычайные ситуации, безопасная жизнедеятельность. Формулирование вывода: почему нужно изучать предмет ОБЖ	2 неделя (сентябрь)	
3	Зависит ли здоровье от образа жизни? Физическое здоровье человека	4			Коммуникативная деятельность: правила участия в диалоге и дискуссии; построение суждений, тезисов и антитезисов. Работа с информацией: отбор видео- и интернет-материалов и их оценка. Аналитическая деятельность: чтение и оценка учебных текстов; выделение главной мысли учебного текста; высказывание версий о смысле пословиц и поговорок. Конструктивная деятельность: построение схем «Здоровье человека», «Физическое здоровье человека». Аналитическая деятельность: создание памятки «Правила закаливания». Рефлексивная деятельность: оценка своего физического развития; создание программы закаливания	3 неделя (сентябрь)	
4						4 неделя (сентябрь)	
5						5 неделя (октябрь)	
6						6 неделя (октябрь)	
7	Правильное питание	4			Коммуникативная деятельность: правила участия в диалоге; конструирование суждений и доказательств.	7 неделя (октябрь)	

8					Практическая деятельность: анализ «пищевой пирамиды», составление меню ученика 7 класса на день. Конструирование вывода на основе анализа иллюстративного материала, схемы таблиц учебника. Чтение информации, представленной в диаграмме и таблицах. Аналитическая деятельность: работа с информацией, представленной в таблице и иллюстрациях	8 неделя (октябрь)			
9				9 неделя (ноябрь)					
10						10 неделя (ноябрь)			
11	Психическое здоровье человека	2			Конструирование характеристики понятия «психическое здоровье человека». Практическая деятельность: упражнения на релаксацию. Рефлексивная деятельность: самоконтроль и самооценка — «признаки стресса». Коммуникативная деятельность: построение суждений, доказательств, пояснений. Сравнение и дифференциация: ложное и истинное суждение. Деятельность в коллективе: правила совместной деятельности	11 неделя (ноябрь)			
12								12 неделя (ноябрь)	
13	Социальное здоровье человека	2			Аналитическая деятельность: оценка информации, представленной в тексте. Рефлексивная деятельность: самооценка умений общаться, самоанализ учебной деятельности. Коммуникативная деятельность: конструирование суждений, выбор и объяснение ответа (из представленных альтернативных)	13 неделя (декабрь)			
14								14 неделя (декабрь)	
15	Репродуктивное здоровье подростков и его охрана	3			Коммуникативная деятельность: построение суждений, подбор доказательств. Аналитическая деятельность: оценка информации, представленной в тексте; составление плана ответа на вопрос «Особенности развития мальчиков и девочек»	15 неделя (декабрь)			
16								16 неделя (декабрь)	
17								17 неделя (январь)	
18	Как вести себя при пожаре. Чрезвычайные ситуации в быту	9			Аналитическая деятельность: составление памятки «Причины пожаров» (по иллюстративному материалу). Чтение информации, представленной	18 неделя (январь)			
19								19 неделя	

					на схеме. Моделирование бытовых пожароопасных ситуаций. Практическая игровая деятельность: «эвакуация» из горящего дома; применение средств пожаротушения; помощь при ожогах.	(январь)	
20					Конструирование воображаемых ситуаций.	20 неделя (февраль)	
21					Коммуникативная деятельность: участие в диалоге, построение суждений и умозаключений.	21 неделя (февраль)	
22					Аналитическая деятельность: анализ жизненных ситуаций и текста учебника; оценка информации, представленной на схеме. Практическая (игровая) деятельность: разыгрывание сценок на материале «Медицинской странички».	22 неделя (февраль)	
23					Коммуникативная деятельность: правила участия в дискуссии, построение суждений и доказательств.	23 неделя (февраль)	
24					Практическая (игровая) деятельность: первая помощь при отравлениях	24 неделя (март)	
25						25 неделя (март)	
26						26 неделя (март)	
27	Разумная предосторожность. Опасные игры	5			Аналитическая деятельность: конструирование памятки «Правила поведения в ситуациях опасного общения». Конструирование воображаемых ситуаций (игра-драматизация): разыгрывание сценок общения с мошенниками, хулиганами, психологическая готовность к встрече с опасными незнакомцами	27 неделя (март)	
28						28 неделя (апрель)	
29						29 неделя (апрель)	
30						30 неделя (апрель)	
31						31 неделя (апрель)	
32	Итоговое контрольное тестирование за 7 класс.	1		Тест	Написание теста	32 неделя (май)	
33	Повторение пройденного материала.	2			Коммуникативная деятельность: построение суждений, подбор доказательств. Аналитическая деятельность: оценка информации изученной за год.	33 неделя (май)	
34						34 неделя (май)	