**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение**

**лицей № 179**

**Калининского района Санкт-Петербурга**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рассмотрена на заседании предметной кафедры учителей и рекомендована к рассмотрению на педагогическом совете  ГБОУ лицей № 179  протокол №\_\_\_\_\_\_\_\_  от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_ 2016 г. | Рассмотрена педагогическим советом ГБОУ лицей №179 и рекомендована к утверждению  протокол №\_\_\_\_\_\_\_\_  от «\_\_\_\_\_\_\_» \_\_\_\_ 2016 г. | «Утверждаю» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Директор  ГБОУ лицей № 179  Л.А.Батова  приказ №\_\_\_\_\_\_\_\_  от «\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_ 2016 г. |

**Рабочая программа**

**по курсу**

**«Основы безопасности жизнедеятельности»**

**5 «Г» класс**

количество часов 34,

в неделю 1 час.

учитель основ безопасности и жизнедеятельности:

Ефремов Сергей Геннадьевич

2016 - 2017 учебного года.

**Пояснительная записка.**

Рабочая программа составлена на основании программы, подготовленной В. Н. Латчуком (руко­водитель), С. К. Мироновым, С. Н. Вангородским с учетом требований федерального компонента госу­дарственного стандарта основного общего образова­ния. Ориентиром для разработки данной програм­мы явилась примерная программа основного общего образования, но основам безопасности жизнедеятель­ности.

Настоящая примерная программа определяет объем содержания образования по предмету, дает распределение учебных часов по учебным модулям, разделам и темам  курса  и может использоваться в качестве основы для разработки рабочих программ. При разработке рабочих программ возможны изменения структуры программы, дополнения ее содержания, изменения числа часов на изучение отдельных тем в зависимости от уровня подготовки преподавателя-организатора основ безопасности жизнедеятельности (ОБЖ), учителя основ безопасности жизнедеятельности, возрастных особенностей учащихся, а также особенностей региона в области безопасности жизнедеятельности и организации защиты населения.  
 Программа рассчитана на 34 учебных часов.

В программе представлены три раздела, в каждом из которых выделены образовательные линии (модули).

Раздел I (модуль 1) «Безопасность и защита человека в среде обитания» включает темы: «Правила безопасного по­ведения в бытовой (городской) среде», «Правила бе­зопасного поведения в природной среде», «Правила безопасного поведения в социальной среде», «Прави­ла безопасного поведения в чрезвычайных ситуаци­ях», «Государственная система защиты и обеспече­ния безопасности населения».

Раздел II (модуль 2) «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи» предусмат­ривает изучение тем о правилах и средствах оказания первой помощи.

Раздел III (модуль 3) «Основы здорового образа жизни» знако­мит с основными понятиями о здоровье и здоровом об­разе жизни, правилами профилактики травматизма.

Предлагаемый в программе объем материала явля­ется достаточным для формирования у учащихся 5 класса основных понятий в области безопаснос­ти жизнедеятельности.

Ситуации, связанные с воздействием на личность угроз и опасностей, в психологическом и практиче­ском отношении всегда трудны для человека, так как сопряжены с повышенными, предельными и даже за­предельными нагрузками, ответственностью, разного рода рисками, которые чреваты нежелательными по­следствиями. Успех действий человека в таких ситу­ациях возможен только при условии его полноценной и высокой подготовленности. Поэтому главной функ­цией программы основного общего образования явля­ется ее ориентация на личную безопасность человека в среде обитания путем выработки у него навыков и умений применять правила (алгоритмы) безопасного поведения в условиях угроз и опасностей. Ориента­ция курса ОБЖ на личную безопасность отвечает бук­ве и духу Федерального закона РФ «О безопасности», который ставит на первое место обеспечение безопас­ности личности. В связи с этим логика построения программы заключается в том, чтобы учащиеся на­учились правильно оценивать обстановку и умело действовать в системе следующих понятий:

опас­ность —> причина опасности —> последствие опасности —>действие.

Под опасностью здесь понимается ситуация, в ко­торой возможно возникновение явлений или процес­сов, способных поражать людей, наносить материаль­ный ущерб, разрушительно действовать на окружа­ющую среду. Причина опасности — это событие, предшествующее и вызывающее другое опасное собы­тие, явление или процесс, именуемый следствием. Последствие опасности — негативное изменение, вы­званное причиной. Действие — это то, что надо или не надо делать в ситуации, когда существует угроза жиз­ни или здоровью.

При изучении предмета школьники получают зна­ния об опасных и экстремальных ситуациях в бытовой (городской), природной и социальной среде, о чрезвы­чайных ситуациях природного, социального, техногенного и эколо­гического характера, их последствиях и мероприяти­ях, проводимых государством по защите населения.

Большое внимание в программе уделено формиро­ванию здорового образа жизни и профилактике вред­ных привычек, изучению приемов оказания первой помощи.

**Нормативные  документы, обеспечивающие  реализацию программы.**

В программе реализованы требования Конститу­ции Российской Федерации и федеральных законов Российской Федерации «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопас­ности дорожного движения», «О радиационной бе­зопасности населения», «О пожарной безопасности», «Об экологической безопасности», «О санитарно-эпи­демиологическом благополучии населения», «Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан», Концепции национальной безо­пасности Российской Федерации.

- Закон Российской Федерации от 29.12.2012 года №273-ФЗ «Об образовании в РФ» (с последующими изменениями и пополнениями);

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. №1897 "Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов основного общего образования";

- Федерального компонента Государственного стандарта по основам безопасности жизнедеятельности и в соответствии с положениями Конституции Российской Федерации. Закон «Об образовании»;

- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года и федеральными законами Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;

- При разработке программы учтены требования, отражённые в федеральных государственных стандартах общего образования;

- Программа разработана с учётом комплексного подхода к формированию у обучаемых современного уровня культуры безопасности, по модульной структуре содержания курса « Основы безопасности жизнедеятельности»;

- Приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2012 г. N1067 "Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2016/2017 учебный год";

- Устав школы;

- Образовательная программа школы;

- Положение школы «О рабочей программе педагога»;

- Учебный план школы на 2016 - 2017 учебный год;

- Программа разработана с учётом комплексного подхода к формированию у обучаемых современного уровня культуры безопасности, по модульной структуре содержания курса « Основы безопасности жизнедеятельности».

**Цели изучения курса (общеучебные и предметно-ориентированные).**

**Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 5-ом классе направлено на достижение следующих целей:**

1. Изучение правил обеспечения безопасности на транспорте;
2. Продолжение изучения правил пожарной безопасности, действий учащихся при пожаре;
3. Ознакомление с опасностями, угрожающими человеку в современной повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера;
4. Знакомство с мерами по профилактике травм в школьном возрасте;
5. Изучение и освоение основ медицинских знаний и правил оказания первой помощи;

6. Иметь представление об основных видах здорового образа жизни;

7. Знать основные понятия и основные термины правил дорожного движения.

**Основные задачи, решение которых обеспечивает достижение цели:**

1. Дать: знания о здоровье и ЗОЖ, знания о правилах поведения в экстремальных ситуациях;

2. Научить: говорить, слушать, искать знания, оказать помощь;

3. Воспитать: культуру мышления, культуру общения;

4. Формировать: достоинство, нравственные убеждения;

5. Развить: способности, память, внимание, самоконтроль.

**Уровни  усвоения модулей.**

Программа предусмат­ривает формирование у обучающихся умений и навы­ков, универсальных способов деятельности и ключе­вых компетенций по следующим направлениям:

1. Формирование способностей к предвидению си­туаций, опасных для человека, общества и окружающей среды, и правильного поведения в случае их воз­никновения;
2. Изучение основ здорового образа жизни, обеспе­чивающего полноценное безопасное существование и реализацию способностей и потребностей личности в повседневной жизни;
3. Ознакомление с необходимыми индивидуальны­ми мерами безопасности в повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, со­циального и техногенного характера, с мероприятия­ми, проводимыми государством по защите населения;
4. Освоение правил и навыков защиты, позволя­ющих минимизировать возможный ущерб личности, обществу и окружающей среде в типовых опасных и чрезвычайных ситуациях;
5. Понимание причин возникновения и развития новых опасностей для человечества от собственной жизнедеятельности;
6. Формирование знаний о тесной взаимосвязи со­знания и жизнедеятельности личности и общества;
7. Использование для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников ин­формации, включая энциклопедии, словари, интер­нет-ресурсы и др.;
8. Самостоятельная организация учебной деятель­ности, оценка своего поведения, черт своего характе­ра, физического и эмоционального состояния;
9. Формирование знаний о правах и обязанностях члена общества и учебного коллектива.

**Планируемые результаты**

1. Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата);
2. Использование элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа;
3. Участие в практической деятельности, проведении спортивно-тренировочных мероприятий, приобщение к творческой деятельности;
4. Поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа;
5. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
6. Воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде; к личному здоровью, как индивидуальной, так и общественной ценности; к безопасности личности, общества и государства.
7. Овладение умениями: предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и план своих действий в конкретной опасной ситуации, с учетом реальной обстановки и своих возможностей;
8. Развитие личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; потребность соблюдать нормы здорового образа жизни.

**Требования к уровню усвоения дисциплины.**

1. Оценка «5» - ответ не требует дополнений, весь материал изложен в полном объеме. Речь хорошая.
2. Оценка «4» - в изложении материала допущены незначительные ошибки, неточности.
3. Оценка «3» - в усвоении и изложении материала имеются существенные пробелы, изложение не самостоятельное (наводящие вопросы учителя, помощь учащихся), в ответе имеются существенные ошибки.
4. Оценка «2» - основное содержание материала по вопросу не раскрыто

**Требования к уровню подготовки учащихся**

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

1. Потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
2. Основные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях;
3. Наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия;
4. Знать правила обеспечения безопасности на современном транспорте;
5. Объяснять основные правила дорожного движения, правильность определения знаков ДД;
6. Уметь правильно оценить ситуацию при пожаре;
7. Знать правила безопасного поведения в быту, предупреждение травм в школьном возрасте;
8. Уметь пользоваться системой обеспечения безопасности (полиция, скорая помощь, пожарная охрана);
9. Получить знания по оказанию первой помощи.

**Ученик должен уметь:**

1. Предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам;
2. Принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций;
3. Пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
4. Оказывать первую помощь при неотложных состояниях.
5. Кроме того, учащиеся должны обладать компетенциями по использованию полученных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни;
6. Обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
7. Подготовки и участия в различных видах активного отдыха;
8. Оказания первой помощи пострадавшим;
9. Выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни.

**Планирование по  модулям (РАЗДЕЛАМ ПРОГРАММЫ)**

**МОДУЛЬ 1.**  «Безопасность и защита человека в среде обитания»

**Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде (19 ч)**

Правила безопасного поведения в населенном пункте (городе, поселке) **(4 ч)**

1. Особенности города как среды обитания челове­ка.

2. Источники и зоны повышенной опасности в совре­менном городе: городской и общественный транспорт, улицы и дороги, здания и сооружения, подземные коммуникации, строительные площадки, уличное электричество, промышленные предприятия.

3. Прави­ла безопасного поведения в зонах повышенной опас­ности.

4. Системы обеспечения безопасности города (полиция, пожарная охрана, «скорая помощь», служба опасения, коммунальные и другие службы).

5. Правила вызова служб безопасности. Государственные, муни­ципальные (городские) и районные службы обеспече­ния безопасности.

Правила безопасного поведения в быту **(9 ч)**

6. Характеристика городского и сельского жили­ща, особенности его жизнеобеспечения (водоснаб­жение, отопление, электроснабжение, канализация). Источники опасности в жилище и их характеристи­ка. Возможные аварийные и опасные ситуации в жи­лище.

7. Причины возникновения пожаров в жилых поме­щениях и их последствия. Меры пожарной безопас­ности в быту. Правила безопасного поведения при пожаре в доме (квартире, в подъезде, на балконе, в подвале). Что делать, если на человеке загорелась одежда; если в комнате загорелся электроприбор (те­левизор, приемник, магнитофон, компьютер), ново­годняя елка. Способы эвакуации из горящего здания. Чего не следует делать при пожаре в квартире. Пер­вичные средства пожаротушения и правила пользова­ния ими.

8. Затопление жилища. Причины затопления и воз­можные последствия. Правила поведения при затоп­лении жилища и меры по его предотвращению.

9. Правила безопасности при обращении с электри­ческими и электронными приборами. Опасности, возникающие при нарушении правил обращения с электрическими и электронными приборами. Ос­новные виды электрических и электронных прибо­ров, используемых в быту; правила их безопасного использования.

10. 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 в квартире; при об­наружении запаха газа в подвале, подъезде, во дворе, на улице.

11. Правила безопасности при пользовании опасными веществами и средствами бытовой химии. Опасные вещества и средства бытовой химии. Опасности, воз­никающие при нарушении правил пользования ими. Действие опасных веществ и препаратов бытовой хи­мии на организм человека. Правила хранения опас­ных веществ и средств бытовой химии.

12. Взрыв и обрушение дома. Что делать, если в квар­тире произошел взрыв.

13. Что делать, если в квартире захлопнулась дверь, сломался замок. Чего нельзя делать, если потеряны ключи от квартиры.

Правила безопасного поведения на улицах **(2 ч)**

14. Опасные природные явления. Чем опасен голо­лед. Как смягчить падение на льду.

15. Чем опасны толпа и паника. Как уцелеть в толпе.

16. Правила безопасного обращения с животными. Жизнедеятельность животных в условиях города. До­машние животные и связанные с ними проблемы. Ос­новные правила приобретения домашних животных. Правила обращения с домашними животными. Что делать, если укусила собака. Одичавшие собаки и кошки как переносчики инфекционных заболеваний.

Правила безопасного поведения на транспорте **(4 ч)**

17. Современные улицы и дороги — зоны повышен­ной опасности. Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и ее состав­ные части. Средства безопасности на дороге. Движе­ние пешеходов по улицам и дорогам. Правила бе­зопасного поведения пешеходов на дороге. Правила перехода проезжей части. Правила движения колон­ны и групп людей (детей). Правила безопасного пове­дения велосипедистов на улицах и дорогах.

18. Правила безопасного поведения на городском и об­щественном транспорте. Причины возникновения до­рожно-транспортных происшествий. Краткая харак­теристика современных видов транспорта.

19. Основные правила безопасности на городском об­щественном транспорте. Правила безопасного поведе­ния при аварийных ситуациях (пожаре, столкнове­нии, перевороте, опрокидывании) на городском обще­ственном транспорте. Правила безопасного поведения пассажира автомобиля: при неизбежном столкнове­нии; при падении автомобиля в воду. Предотвраще­ние дорожно-транспортных происшествий.

20. Правила безопасного поведения в метрополитене. Причины опасных и аварийных ситуаций в метропо­литене. Зоны опасности в метро и их характеристика. Правила безопасного поведения пассажиров метропо­литена при аварийных ситуациях (пожаре, остановке в туннеле и вынужденной эвакуации, падении на пу­ти и т. п.).

21. Транспортные аварии. Правила поведения на железнодорожном транспорте. Характеристика же­лезнодорожного транспорта. Наиболее безопасные места в вагоне поезда. Правила безопасности во вре­мя поездки. Правила безопасного поведения пасса­жиров при крушении поезда; при авариях, связан­ных со столкновениями и экстренными торможе­ниями; при пожаре в поезде; при сильном задымле­нии.

22. Правила безопасного поведения на авиационном транспорте. Характеристика авиационного транспор­та. Правила безопасного поведения авиапассажиров при вынужденной посадке, при декомпрессии (раз­герметизации салона), при пожаре в самолете, при вынужденной (аварийной) посадке на воду.

23. Правила безопасного поведения па водном транс­порте. Характеристика водного транспорта. Индиви­дуальные и групповые средства спасения на водном транспорте. Действия пассажиров при объявлении шлюпочной тревоги. Способы эвакуации с судна. Что делать, если человек упал за борт судна.

**Правила безопасного поведения в социальной среде (5 ч)**

Правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях **(Зч)**

1. Понятие личной безопасности. Опасное время. Опасные и безопасные места в населенном пункте. Об­щие сведения о зонах криминогенной опасности: без­людные окраины города (населенного пункта); глухие зоны парков и скверов; места массового скопления людей и т. д. Незнакомые взрослые и подростки.
2. Правила безопасного поведения при возникно­вений криминогенных ситуаций: перед подъездом, в подъезде, в лифте, на лестничной площадке.
3. Правила безопасного поведения при возникнове­нии криминогенных ситуаций в доме (квартире): зво­нок в дверь; дверь вашей квартиры пытаются от­крыть (взломать); вы вернулись из школы, а дверь квартиры открыта.
4. Правила безопасного поведения при возникно­вении криминогенных ситуаций на улице. Обеспе­чение личной безопасности в повседневной жизни во время прогулок. Как избежать опасных домога­тельств и насилия. Что делать, если вы оказались за­ложником.

Изменение среды обитания человека в городе **(2 ч)**

1. Причины и последствия загрязнения воды, воздуха и почв города. Способы очистки воды. По­нятие о кислотных дождях. Как бороться с загряз­нением воздуха. Что нужно делать, чтобы дышать чистым воздухом. Последствия опустынивания зе­мель.

**Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения (1 ч)**

Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени **(1 ч)**

1. Средства индивидуальной защиты органов ды­хания. Назначение фильтрующих гражданских про­тивогазов. Правила пользования противогазом. По­ложения противогаза: «походное», «наготове», «боевое». Как правильно определить размер (рост) противогаза.

**МОДУЛЬ 2.**   **«Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи» предусмат­ривает изучение тем о правилах и средствах оказания первой помощи.**

**Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (5 ч)**

Средства оказания медицинской помощи **(1ч)**

1. Домашняя медицинская аптечка. Правила хра­нения и проверка лекарственных средств. Перевязоч­ные и лекарственные средства. Правила приема ле­карственных средств.

Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях **(1 ч)**

2. Общие сведения о травмах и повреждениях ор­ганизма человека. Понятие о травме (повреждении) и ране. Открытые и закрытые травмы. Общие признаки травм и ранений. Правила оказания первой помощи при незначительных открытых ранах.

Первая помощь при острых состояниях **(Зч)**

3. Общая характеристика кровотечений. Наруж­ное и внутреннее кровотечение. Артериальное, веноз­ное, капиллярное и смешанное кровотечения.

4. Первая помощь при кровотечении. Основные способы временной остановки кровотече­ния. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки. Правила применения инди­видуального перевязочного пакета. Первая помощь при кровотечении из носа.

**МОДУЛЬ 3.**  «Основы здорового образа жизни» знако­мит с основными понятиями о здоровье и здоровом об­разе жизни, правилами профилактики травматизма.

**Основы здорового образа жизни (4 ч)**

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни **(2 ч)**

1. Здоровье человека и его составляющие. Основ­ные критерии здоровья человека. Здоровый образ жизни как индивидуальная система поведения чело­века, направленная на сохранение и укрепление здо­ровья. Составляющие здорового образа жизни.

2. Развитие и изменение организма подростков. Харак­теристика некоторых факторов, которые влияют на рост и вес подростков. Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика этих на­рушений осанки. Изменения в характере подростков, которые связаны с их физиологическим созреванием.

Факторы, укрепляющие здоровье человека **(1 ч)**

3. Личная гигиена и здоровье. Основные понятия личной гигиены. Гигиенические рекомендации по уходу за кожей, зубами, волосами, глазами, ушами. Гигиена одежды; гигиенические требования к одеж­де, головным уборам, обуви.

Профилактика травм в школьном возрасте **(1 ч)**

4. Влияние компьютера и телевизора на здоровье детей. Безопасность при работе на персональном компьютере. Правила безопасности при просмотре те­левизионных передач.

**Перечень учебно-методического обеспечения.**

**Материалы планирования и программы**

Авторская программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 5–11 классов общеобразовательных учреждений (авторы В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, изд-во «Дрофа», 2013).

Евлахов В. М. Основы безопасности жизнедея­тельности. Тематическое планирование. 5—11 клас­сы. — М.: Дрофа, 2013.

Фролов М. П. Безопасное поведение на дорогах. 5—10 классы: программы дополнительного обра­зования. — М.: Дрофа, 2013.

**Учебники**

Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: учебник для общеобразовательных учреждений / B.В. Поляков, М. М. Кузнецов, В. В. Марков, В. Н. Латчук. — М.: Дрофа, 2012.

**Методические пособия к учебникам**

Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопас­ности жизнедеятельности. 5 класс: методическое пособие. — М.: Дрофа, 2004.

**Тетради для оценки качества знаний**

Латчук В. Н., Миронов С. К. Тетрадь для оценки качества знаний по основам безопасности жизнедеятельности. 5 класс. — М.: Дрофа, 2013.

**Список литературы (основной и дополнительной).**

Методические и учебно-методические пособия

Дурнев Р. А., Смирнов А. Т. Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности школьников. 5—11 классы: методическое пособие. — М.: Дрофа, 2009.

Евлахов В. М. Основы безопасности жизнеде­ятельности. Методика проведения занятий в обще­образовательном учреждении: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа, 2009.

Крючек Н. А., Миронов С. К., Мишин Б. И. Основы безопасности жизнедеятельности. Методиче­ские рекомендации по оборудованию кабинета (клас­са) ОБЖ в общеобразовательном учреждении. — М.: Дрофа, 2005.

Латчук В. Н., Миронов С. К., Мишин Б. И. Основы безопасности жизнедеятельности. Планиро­вание и организация занятий в школе. 5—11 классы: методическое пособие. — М.: Дрофа, 2006.

Латчук В. Н., Миронов С. К. Основы безопас­ности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека: учебно-методическое пособие. — М.: Дро­фа, 2007.

Легкобытов А. В., Мишин Б. И., Александ­рова С. Р. Основы психологической безопасности личности. 5—11 классы: методическое пособие. — М.: Дрофа, 2009.

Маслов А. Г. Основы безопасности жизнедеятель­ности на уроках географии. 6—9 классы: учебно-мето­дическое пособие. — М.: Дрофа, 2004.

Михайлов А. А. Игровые занятия в курсе «Ос­новы безопасности жизнедеятельности». 5—9 клас­сы: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа, 2005.

Михайлов А. А. Проведение уроков по курсу «Ос­новы безопасности жизнедеятельности». 5—9 классы: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа, 2010.

Муравьева А. Г., Перевозчиков А. Н., Данчен­ко С. П. и др. Методы и средства оценки факторов радиационной и химической опасности. 8—11 клас­сы: методическое пособие. — М.: Дрофа, 2009.

Соловьев С. С. Основы безопасности жизнедея­тельности. Алкоголь, табак и наркотики — главные враги здоровья человека: учебно-методическое посо­бие. — М.: Дрофа, 2005.

Раздаточные материалы

Евлахов В. М. Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности. 5—9 клас­сы. — М.: Дрофа, 2010.

Справочники

Акимов В. А., Дурнев Р. А., Миронов С. К. Защита от чрезвычайных ситуаций. 5—11 классы. — М.: Дрофа, 2009.

Латчук В. Н., Миронов С. К. Безопасность при пожарах: справочник по основам безопасности жизнедеятельности. — М.: Дрофа, 2010.

Латчук В. Н., Миронов С. К. Основы безопас­ности жизнедеятельности. Безопасность при терро­ристических актах. — М.: Дрофа, 2009.

Соколов Ю. И. Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера: справочник по основам безопасности жизнедеятельности. — М.: Дрофа, 2010.

Соколов Ю. И. Первая помощь в чрезвычайных ситуациях: справочник по основам безопасности жизнедеятельности. — М.: Дрофа, 2010.

Учебные наглядные пособия

Таблицы по основам безопасности жизнедеятельности:

Гражданская оборона Российской Федерации;

Единая государственная система

предупрежде­ния и ликвидации

чрезвычайных ситуаций Россий­ской

Федерации;

Средства индивидуальной защиты;

Средства коллективной защиты;

Личная гигиена;

Инфекционные заболевания.

Таблицы по правилам пожарной безопасности (М.: Дрофа, 2010):

Классификация пожаров;

Правила поведения в зоне лесного пожара;

Правила безопасного тушения небольшого лес­ного пожара;

Помощь человеку, на котором загорелась одеж­да;

Первая медицинская помощь при термических ожогах;

Причины пожаров в жилых и общественных зда­ниях;

Признаки и поражающие факторы пожара;

Правила поведения при пожаре в доме (квартире);

Правила поведения при пожаре в общеобразова­тельном учреждении;

Как выйти из задымленного помещения;

Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру (помещение);

Правила поведения при загорании телевизора;

Правила поведения при загорании новогодней елки;

Первичные средства пожаротушения (огнетуши­тели);

Первичные средства пожаротушения (внутрен­ний пожарный кран).

Таблицы по защите от терроризма (М.: Дрофа, 2006):

Классификация терроризма;

Взрывоопасные предметы;

Безопасные расстояния до взрывоопасных пред­метов;

Особенности поведения и одежды террориста-смертника;

Правила безопасного поведения при угрозе взрыва;

Как действовать, попав после взрыва в завал;

Как действовать, попав под обстрел;

Как действовать, попав в заложники;

Действия при получении угрозы;

Психологическая помощь в ситуациях террорис­тического характера.

Таблицы о факторах, разрушающих здоровье человека

Алкоголизм;

Наркомания;

Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД);

Табакокурение.

Электронное учебное издание

Латчук В. Н. Электронное учебное издание по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». 8 класс. — М.: Кирилл и Мефодий, 2005.

**Структура курса**

|  |  |
| --- | --- |
| Наименования разделов и тем | **5** класс |
| Раздел I. Безопасность и защи­та человека в среде обитания | 25 |
| **Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде** | **19** |
| Правила безопасного поведения в населенном пункте (городе, поселке) | 4 |
| Правила безопасного поведения в быту | 9 |
| Правила безопасного поведения на улицах | 2 |
| Правила безопасного поведения на транспорте | 4 |
| **Правила безопасного поведения в социальной среде** | 5 |
| Правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях | 3 |
| Изменение среды обитания человека в городе | 2 |
| **Государственная система защиты и обеспечения безопасности насе­ления** | 1 |
| Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени | 1 |
| Раздел II. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи | 5 |
| Средства оказания медицинской помощи | 1 |
| Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях | 1 |
| Первая медицинская помощь при острых состояниях | 3 |
| Раздел III. Основы, здорового образа жизни | 4 |
| Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни | 2 |
| Факторы, укрепляющие здоровье человека | 1 |
| Профилактика травм в школьном возрасте | 1 |
|  |  |
| **ИТОГО** | 34 |

**Календарно-тематическое планирование уроков ОБЖ**

**Календарно-тематическое планирование уроков ОБЖ (V класс)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **План-дата** | **План-факт** | | | **Тема** | **Содержание** | | | **Планируемые результаты**  **(в соответствии с ФГОС ООО)** | | | | | | | **Количество часов** | | | **Информационные технологии** |
| **В.** | **Пр.** | **К.** |
| **Предметные**  **результаты** | | | | **Метапредметные (познавательные, коммуникативные, регулятивные)** | **Личностные** | |
| **Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях — 25 час.**  **Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде – 19 часов** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ***Правила безопасного поведения в населенном пункте (городе, поселке) – 4 часа*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. **1** | **01.09.** |  | | | Пожарная безопасность. | Познакомить с общими сведениями о пожаре, выявить возможные причины возникновения пожара в ОУ, научить мерам пожарной безопасности и правилам поведения в случае его возникновения. Рассмотреть источники пожара в ОУ, формировать психологическую устойчивость к стрессу, готовность к грамотному поведению во время пожара. | | | | Знать правила поведения при пожарах в ОУ и способах эвакуации из горящего помещения. | | Р.: Применять установленные рекомендации.  П.: Установление аналогий.  К.: Ставить вопросы. | | | Формирование безопасного поведения (правил) в случае возникновения пожара в ОУ. | **1** | **1** |  | Видеокассета: Противопожарная безопасность |
| 1. **2** | **08.09.** |  | | | Особенности города как среды обитания человека. | Познакомить учащихся с источниками и зонами повышенной опасности в современном городе. Показать учащимся особенности города как среды обитания человека; научить мерам безопасности в зонах повышенного риска. | | | | Знать источники и зоны повышенной опасности в современном городе. | | Р.: Преобразование практической задачи в познавательную.  П.: Установление аналогий.  К.: Ставить вопросы | | | Формирование мер безопасности в зонах повышенной опасности в современном городе. | **1** |  |  | Интерактивная презентация |
| 1. **3** | **15.09.** |  | | | Правила поведения в зонах повышенной опасности. | Познакомить учащихся с источниками повышенной опасности и правилами поведения: городском и общественном транспорте, улицы и дороги, здания и сооружения, подземные коммуникации, строительные площадки, промышленные предприятия. | | | | Знать источники повышенной опасности и правила поведения. | | Р.: Преобразование практической задачи в познавательную.  П.: Установление аналогий.  К.: Ставить вопросы | | | Формирование правил поведения в зонах повышенной опасности: городском и общественном транспорте, улицы и дороги, здания и сооружения, подземные коммуникации, строительные площадки, промышленные предприятия. | **1** | **1** |  |  |
| 1. **4** | **22.09.** |  | | | Системы обеспечения безопасности. | Познакомить учащихся со службами, обеспечивающими безопасность населенного пункта, с правилами вызова служб; разъяснить основы взаимодействия с государственными и муниципальными службами безопасности; повторить номера телефонов и содержание информации при их вызове. | | | | Знать номера служб безопасности. Уметь правильно сообщить по телефону в службу безопасности города (пожарная охрана, полиция, скорая помощь, служба газа) о создавшейся опасной ситуации. | | Р.: Применять установленные правила в планировании способа решения.  П.: Самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  К.: Ставить вопросы. | | | Усвоение номера службы безопасности и порядка вызова соответствующей службы. | **1** | **1** |  | Интерактивная презентация |
| ***Правила безопасного поведения в быту – 9 часов*** | | | | | | | | | |  | | | | | | | | | |
| 1. **5** | **29.09.** |  | | | Городское и сельское жилище, их характеристика. | Познакомить учащихся с городским и сельским жилищем и их системами жизнеобеспечения; рассмотреть особенности строительных материалов; формировать психологическую устойчивость к стрессу, готовность к грамотному поведению во время аварийных ситуаций в жилище. | | | | Знать отличия городского жителя от сельского. | | Р.: Преобразование практической задачи в познавательную.  П.: Установление аналогий.  К.: Ставить вопросы | | | Уметь отличить городского жителя от сельского и особенности их систем жизнеобеспечения. | **1** |  |  |  |
| 1. **6** | **06.10.** |  | | | Пожары в жилых помещениях. | Познакомить с причинами пожаров в жилых помещениях. Научить правильно, использовать системы жизнеобеспечения, мерам пожарной безопасности в быту. | | | | Знать основные причины пожаров в помещении. | | Р.: Применять установленные рекомендации.  П.: Установление аналогий.  К.: Ставить вопросы. | | | Уметь правильно использовать системы жизнеобеспечения и знать меры пожарной безопасности в быту. | **1** |  |  | Видеокассета: Противопожарная безопасность |
| 1. **7** | **13.10.** |  | | | Осторожно! Огонь! | Обучить учащихся быстро и грамотно действовать при возгорании бытовой домашней электротехники, возгорании одежды. Познакомить с первичными средствами тушения пожаров. | | | | Знать правила поведения при пожарах в доме и способах эвакуации из горящего помещения. | | Р.: Применять установленные рекомендации.  П.: Установление аналогий.  К.: Ставить вопросы. | | | Уметь правильно действовать в случае пожара в доме, при возгорании бытовой домашней электротехники, одежды. | **1** | **1** | **1** | Видеокассета: Противопожарная безопасность |
| 1. **8** | **20.10.** |  | | | Затопление жилища. | Познакомить с причинами затопления и возможными последствиями. Научить правилам поведения при затоплении, построить правила вызова служб безопасности. | | | | Знать основные причины затопления жилища и меры по его предотвращению; правила поведения при затоплении жилища. | | Р.: Применять установленные рекомендации.  П.: Установление аналогий.  К.: Ставить вопросы. | | | Уметь правильно действовать в случае затопления жилища. | **1** |  |  |  |
| 1. **9** | **27.10.** |  | | | Электричество. Это должен знать каждый! | Обучить правильно, обращаться с электроприборами. Научить, как уберечься от поражения электрическим током. Формировать психологическую устойчивость к стрессу, готовность к грамотному поведению при поражении электрическим током. | | | | Знать, почему опасно электричество;  как уберечь себя от поражения электрическим током. | | Р.: Преобразование практической задачи в познавательную.  П.: Установление аналогий.  К.: Ставить вопросы. | | | Формировать представление об электротравмах. | **1** |  |  | Видеокассета: Противопожарная безопасность |
|  | | | | | | | | | | | | | | | | **10.11.** |  |  |  |
| 1. **10** | **10.11.** |  | | | Бытовой газ. Пожаро-взрывоопасно! | Познакомить учащихся с различными видами газа, дать представление, чем опасен бытовой газ; научить, как избежать отравление газом и грамотному поведению при утечке бытового газа. | | | | Знать в чем заключается опасность бытового газа, как он действуют на организм человека. | | Р.: Преобразование практической задачи в познавательную.  П.: Установление аналогий.  К.: Ставить вопросы. | | | Формирование правил обращения с бытовым газом;  грамотно действовать в случае появления запаха газа. | **1** |  |  |  |
| 1. **11** | **17.11.** |  | | | Опасные вещества и средства бытовой химии. | Познакомить с опасными веществами и средствами бытовой химии, используемых в домашних условиях. Познакомить с действием опасных веществ и препаратов бытовой химии на организм человека. Научить мерам безопасного пользования и правилам хранения. | | | | Знать в чем заключается опасность средств бытовой химии, лекарств, и как они действуют на организм человека;  какое отрицательное влияние на организм оказывают недоброкачественные продукты питания, и как избежать пищевого отравления. | | Р.: Преобразование практической задачи в познавательную.  П.: Установление аналогий.  К.: Ставить вопросы. | | | Формирование правил обращения с опасными веществами. | **1** |  |  | Интерактивная презентация |
| 1. **12** | **24.11.** |  | | | Взрыв и обрушение дома. | Познакомить учащихся с основными причинами разрушения зданий, формировать психологическую устойчивость к стрессу, готовность к грамотному поведению при взрывах и обрушениях зданий. | | | | Знать, почему происходят взрывы в жилых зданиях и правила безопасного поведения в этих случаях. | | Р.: Преобразование практической задачи в познавательную.  П.: Установление аналогий.  К.: Ставить вопросы. | | | Уметь действовать при взрыве в квартире (доме). | **1** |  |  |  |
| 1. **13** | **01.12.** |  | | | Экстремальные ситуации в жилище. | Формировать психологическую устойчивость к стрессу, готовность к грамотному поведению в сложившейся ситуации (невозможность попасть в квартиру). Предотвращение или алгоритм действия в подобной ситуации. | | | | Знать чего нельзя делать, когда потеряли ключи от дома. | | Р.: Преобразование практической задачи в познавательную.  П.: Установление аналогий.  К.: Ставить вопросы. | | | Знать о способах предотвращения ситуации, когда невозможно попасть домой. | **1** |  |  |  |
| ***Правила безопасного поведения на улицах – 2 часа*** | | | | | | | | | | | **08.12.** | | | | | | | | |
| 1. **14** | **08.12.** |  | | | Опасные природные явления.  Толпа и паника. | Познакомить с правилами поведения во время гололеда. Выяснить с учащимися, чем опасны толпа и паника и выработать стратегию поведения при панике в толпе и бегстве. | | | | | Знать правила безопасного поведения во время гололеда.  Знать правила безопасного поведения в толпе. | Р.: Преобразование практической задачи в познавательную.  П.: Установление аналогий.  К.: Ставить вопросы. | | | Уметь вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения.  Формирование правил безопасного поведения во время гололеда.  Формирование правил поведения при панике в толпе и бегстве. | **1** | **1** |  |  |
| 1. **15** | **15.12.** |  | | | Собака бывает кусачей. | Правила поведения с животными. Правила безопасного обращения с домашними и бродячими животными. Разобрать с учащимися, в каких случаях собака может напасть и как действовать в этой ситуации. | | | | | Знать правила безопасного поведения при встрече с собакой. | Р.: Применять установленные рекомендации  П.: Установление аналогий.  К.: Ставить вопросы. | | | Формирование правил безопасного обращения с домашними и бродячими животными. | **1** |  |  | Интерактивная презентация |
| ***Правила безопасного поведения на транспорте – 4 часа*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. **16** | **22.12.** |  | | | Дорожное движение и его участники. | Актуализировать знания учащихся по изучению ПДД, полученные в начальной школе. Средства безопасности на дороге. Движе­ние пешеходов по улицам и дорогам. Правила бе­зопасного поведения пешеходов на дороге. Правила перехода проезжей части. Правила движения колон­ны и групп людей (детей). Правила безопасного пове­дения велосипедистов на улицах и дорогах. Рассмотреть условия безопасности на дороге, развивать наблюдательность, ответственность при нахождении на улице; формировать психологическую устойчивость к стрессу, готовность к грамотному поведению на дороге. | | | | Знать  правила  дорожного  движения,  применять  их на практике.  Знать элементы дороги. Знать отличие пешеходов от других участников дорожного движения. | | Р.: Применять установленные рекомендации.  П.: Уметь действовать самостоятельно.  К.: Ставить вопросы. | | | Формирование правил безопасного поведения на  дороге. | **1** | **1** |  |  |
| 1. **17** | **12.01.** |  | | | Городской и общественный транспорт. Метрополитен. | Рассмотреть причины возникновения до­рожно-транспортных происшествий на общественном транспорте. Обучить правилам безопасности на городском об­щественном транспорте и правилам поведе­ния при аварийных ситуациях (пожаре, столкнове­нии, перевороте, опрокидывании, при неизбежном столкнове­нии, при падении автомобиля в воду). Познакомить с видами общественного транспорта – метрополитен и т.п.. Обучить правилам безопасного поведения в метрополитене. Зоны опасности в метро и их характеристика. Правила безопасного поведения пассажиров метропо­литена при аварийных ситуациях (пожаре, остановке в туннеле и вынужденной эвакуации, падении на пу­ти и т. п.). | | | | Уметь правильно действовать в случае аварийной ситуации в общественном транспорте. | | Р.: Применять установленные рекомендации.  П.: Уметь действовать самостоятельно.  К.: Ставить вопросы. | | | Формирование основных правил безопасного поведения в общественном транспорте. | **1** |  | **1** | Интерактивная презентация |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |  |  |
| 1. **18** | **19.01.** |  | | | Транспортные аварии. | Правила поведения на железнодорожном транспорте. Характеристика же­лезнодорожного транспорта. Наиболее безопасные места в вагоне поезда. Правила безопасности во вре­мя поездки. Правила безопасного поведения пасса­жиров при крушении поезда; при авариях, связан­ных со столкновениями и экстренными торможе­ниями; при пожаре в поезде; при сильном задымле­нии. | | | | Уметь правильно действовать в опасных и аварийных ситуациях на железнодорожном транспорте. | | Р.: Применять установленные рекомендации.  П.: Уметь действовать самостоятельно.  К.: Ставить вопросы. | | | Формирование основных правил безопасного поведения на железнодорожном транспорте. | **1** |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 1. **19** | **26.01.** |  | | | Авиационный транспорт. Морской и речной транспорт. | Расширить знания учащихся об основных видах опасных аварийных ситуаций на авиационном, морском и речном транспорте, правилах безопасного поведения; формировать психологическую устойчивость к стрессу, готовность к грамотному поведению в случае аварийной ситуации. Познакомить с правилами безопасного поведения авиапассажиров при вынужденной посадке, при декомпрессии (раз­герметизации салона), при пожаре в самолете, при вынужденной (аварийной) посадке на воду. Правила безопасного поведения на водном транс­порте. Характеристика водного транспорта. Индиви­дуальные и групповые средства спасения на водном транспорте. Действия пассажиров при объявлении шлюпочной тревоги. Способы эвакуации с судна. Что делать, если человек упал за борт судна. | | | | Уметь правильно действовать в опасных и аварийных ситуациях на авиационном, морском, речном транспорте. | | Р.: Применять установленные рекомендации.  П.: Уметь действовать самостоятельно.  К.: Ставить вопросы. | | | Формирование основных правил безопасного поведения на  авиационном, морском, речном транспорте. |  |  |  |  |
| **Правила безопасного поведения в социальной среде – 5 часов** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ***Правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях – 3 часа*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. **20** | **02.02.** |  | | Личная безопасность. | | | Что мы называем опасными и безопасными местами в населенных пунктах. Познакомить с криминогенными ситуациями и опасностями, которые могут возникнуть дома и при общении с посторонними людьми в подъезде, перед домом, в лифте, в подъезде, на лестничной площадке. Формировать психологическую устойчивость к стрессу, готовность к грамотному поведению в криминогенных ситуациях: подъезде, лифте, лестничной площадке. | | | | Уметь правильно оценить обстановку и грамотно действовать в опасных ситуациях. | Р.: Применять установленные рекомендации.  П.: Владеть понятиями и приемами самозащиты.  К.: Представлять свои взгляды, вступать в диалог. | | | Формирование манеры поведения в опасных ситуациях. | **1** |  |  |  |
| 1. **21** | **09.02.** |  | | Криминогенные ситуации в доме. | | | Познакомить с криминогенными ситуациями и опасностями, которые могут возникнуть дома (звонок в дверь, попытка открыть дверь силой и т.п.), при общении с посторонними людьми; формировать психологическую устойчивость к стрессу, готовность к грамотному поведению в криминогенных ситуациях. | | | | Уметь правильно действовать в криминогенных ситуациях. | Р.: Применять установленные рекомендации.  П.: Владеть методами противодействия злоумышленникам.  К.: Представлять свои взгляды, вступать в диалог. | | | Формирование правил безопасного поведения и способов противодействия злоумышленникам. | **1** |  |  | Интерактивная презентация |
| 1. **22** | **16.02.** |  | | Криминогенные ситуации на улице. | | | Правила безопасного поведения при возникно­вении криминогенных ситуаций на улице. Обеспе­чение личной безопасности в повседневной жизни во время прогулок. Как избежать опасных домога­тельств и насилия. Что делать, если вы оказались за­ложником. Познакомить с мерами предосторожности, чтобы не попасть в заложники и правилами поведения, если такая ситуация уже сложилась. Формировать психологическую устойчивость к стрессу, готовность грамотному поведению в криминогенных ситуациях. | | | | Уметь избегать опасных домогательств на улице со стороны злоумышленников и насильников. | Р.: Применять установленные рекомендации.  П.: Как надо себя вести при встрече с незнакомым человеком.  К.: Аргументировать свою точку зрения. | | | Формирование правил безопасного поведения и способов противодействия злоумышленникам. | **1** |  | **1** |  |
| ***Изменение среды обитания человека в городе – 2 часа*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. **23** | **02.03** |  | | Загрязнения воды и почвы. | | | | Выяснить вместе с учащимися, какую роль играет в жизни человека вода. Причины и последствия загрязнения воды, и почвы города. Познакомить с разными способами очистки воды. | | | Уметь очищать воду. Знать причины и последствия загрязнения воды, и почвы города. | Р.: Применять установленные рекомендации.  П.: Умение характеризовать, объяснять.  К.: Представлять свои взгляды и уметь их выражать. | | | Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к экологии. | **1** | **1** |  |  |
| 1. **24** | **09.03.** |  | | Загрязнения воздуха. | | | | Выяснить, какое вредное воздействие оказывают промышленные предприятия. Что такое кислотные дожди? Как бороться с загрязнением воздуха? Что нужно делать, чтобы дышать чистым воздухом. | | | Знать, как можно уменьшить неблагоприятное воздействие загрязненного воздуха на здоровье людей. | Р.: Применять установленные рекомендации.  П.: Умение характеризовать, объяснять.  К.: Представлять свои взгляды и уметь их выражать. | | | Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к экологии. | **1** |  |  | Интерактивная презентация |
| **Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения – 1 час.** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени – 1 час** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. **25** | **16.03.** |  | Средства индивидуальной защиты органов ды­хания. | | | | | Назначение фильтрующих гражданских про­тивогазов. Правила пользования противогазом. По­ложения противогаза: «походное», «наготове», «боевое». Как правильно определить размер (рост) противогаза. | | | Уметь подбирать размер шлем-маску противогаза; Знать положения противогаза: походное, наготове, боевое. | Р.: Применять установленные правила по выбору противогаза.  П.: Одевать и снимать противогаз.  К.: Умение работать в группе. | | | Разбираться в видах и назначении противогазов. Порядок перевода противогаза в боевое положение | **1** | **1** |  | Интерактивная презентация |
| **Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи – 5 часов** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| ***Средства оказания медицинской помощи – 1 час*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. **26** | **23.03.** |  | Домашняя медицинская аптечка. | | | | | Научить правильному хранению аптечки и проверки лекарственных средств. Познакомить с перевязочными и лекарственными средствами и правилами приема лекарственных средств. | | | Уметь комплектовать медицинскую домашнюю аптечку.  . | Р.: Применять установленные рекомендации  П.: Установление аналогий.  К.: Ставить вопросы. | | | Формирование правил обращения с  лекарственными средствами. | **1** |  |  |  |
| ***Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях – 1 час*** | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 1. **27** | **06.04.** |  | Понятия травма, рана, повреждение. | | | | | Дать общие сведения о травмах и повреждениях ор­ганизма человека. Разъяснить понятие о травме (повреждении) и ране, открытых и закрытых травмах. Общие признаки травм и ранений. Правила оказания первой помощи при незначительных открытых ранах. | | | Уметь различать по характерным признакам повреждения. | Р.: Применять установленные правила по оказанию доврачебной помощи.  П.: Характеризовать различные травмы.  К: Умение работать в группе. | | | Формирование правил оказания первой помощи. | **1** |  |  |  |
| **Первая медицинская помощь при острых состояниях – *З часа*** | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 1. **28** | **13.04.** |  | Кровотечения. | | | | | Общая характеристика кровотечений. Наруж­ное и внутреннее кровотечение. Артериальное, веноз­ное, капиллярное и смешанное кровотечения. | | | Уметь различать по характерным признакам раны. | Р.: Применять установленные правила по оказанию доврачебной помощи.  П.: Характеризовать различные раны.  К.: Умение работать в группе. | | | Формирование правил оказания первой помощи. | **1** |  |  |  |
|  | | | | | | | | | | |  | | | | |  |  |  |  |
| 1. **29** | **20.04.** |  | Первая помощь при кровотечении. | | | | | Основные способы временной остановки кровотече­ния. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки. | | | Уметь оказать первую помощь при незначительных ранениях. | Р.: Применять установленные правила по оказанию доврачебной помощи.  П.: Характеризовать различные травмы.  К.: Умение работать в группе. | | | Формирование правил оказания первой помощи. | **1** | **1** |  | Интерактивная презентация |
| 1. **30** | **27.04.** |  | Индивидуальный перевязочный пакет. | | | | | Правила применения инди­видуального перевязочного пакета. Первая помощь при кровотечении из носа. | | | Представление  о применении инди­видуального перевязочного пакета. | | Р.: Применять установленные правила по оказанию доврачебной помощи.  П.: Умение характеризовать, объяснять.  К.: Умение работать в группе. | | Формирование правил оказания первой помощи. | **1** | **1** |  |  |
| **Основы здорового образа жизни – 4 часа** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| **Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни - *2 часа*** | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 1. **31** | **04.05.** |  | Здоровье человека и его составляющие. | | | | | Основ­ные критерии здоровья человека. Здоровый образ жизни как индивидуальная система поведения чело­века, направленная на сохранение и укрепление здо­ровья. Составляющие здорового образа жизни. | | | Знать о ЗОЖ и путях достижения. | | Р.: Преобразование практической задачи в познавательную.  П.: Овладевать методами ЗОЖ.  К.: Умение работать в группе. | | Сформировать представления о важности двигательной активности для здоровья человека. | **1** |  |  | Интерактивная презентация |
| 1. **32** | **11.05.** |  | Развитие и изменение организма подростков. | | | | | Харак­теристика некоторых факторов, которые влияют на рост и вес подростков. Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика этих на­рушений осанки. Изменения в характере подростков, которые связаны с их физиологическим созреванием. | | | Знать о ЗОЖ и путях достижения, особенностях взросления.  Уметь вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения. | | Р.: Преобразование практической задачи в познавательную.  П.: Овладевать методами ЗОЖ.  К.: Умение работать в группе. | | Сформировать представления о развитии и изменении организма. | **1** |  |  |  |
| **Факторы, укрепляющие здоровье человека - 1 час** | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 1. **33** | **18.05.** |  | Личная гигиена и здоровье. | | | | | Основные понятия личной гигиены. Гигиенические рекомендации по уходу за кожей, зубами, волосами, глазами, ушами. Гигиена одежды; гигиенические требования к одеж­де, головным уборам, обуви. | | | Знать правила ухода за своим телом в подростковом возрасте. | | Р.: Применять установленные правила по охране здоровья.  П.: Соблюдение гигиены.  К.: Аргументировать точку зрения. | | Сформировать представления о личной гигиене. | **1** |  | **1** | Интерактивная презентация |
| **Профилактика травм в школьном возрасте - 1 час** | | | | | | | | | | |  | | | | | | | | |
| 1. **34** | **25.05.** |  | Компьютер – друг или враг? | | | | | Влияние компьютера и телевизора на здоровье детей. Безопасность при работе на персональном компьютере. Правила безопасности при просмотре те­левизионных передач. | | | Знать о последствиях малоподвижного образа жизни и влияния компьютера и телевизора на здоровье человека. | | Р.: Применять установленные правила по охране здоровья.  П.: Соблюдение гигиены.  К.: Аргументировать точку зрения. | | Сформировать правила личной гигиены. Режим дня. | **1** | **1** |  |  |
|  |  |  |  | | | | |  | | | | | | | |  |  |  |  |
|  |  |  |  | | | | |  | | | | | | | |  |  |  |  |
|  | | | | | | | | | | | | | | | |  |  |  |  |
| ИТОГО: | | | | | | | | | | | | | | | | **34** | **11** | **4** |  |