

**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 «___» _____ 2017 г.	Рассмотрена педагогическим советом ГБОУ лицей №179 и рекомендована к утверждению протокол № _____ от «___» _____ 2017 г.	«Утверждаю» _____ Директор ГБОУ лицей № 179 Л.А.Батова приказ № _____ от «___» _____ 2017 г.
---	--	---

**Рабочая программа
по курсу
«Основы безопасности жизнедеятельности»
5 класс**

количество часов 34,
в неделю 1 час.

Преподаватель- организатор обж:
Ефремов Сергей Геннадьевич

2017 - 2018 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, по 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 часа.

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 запределными 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 дополнениями);
- 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 2017/2018 учебный год";
- Устав школы;
- Образовательная программа школы;
- Положение школы «О рабочей программе педагога»;
- Учебный план школы на 2017 - 2018 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) Владение 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 спасения, коммунальные и другие службы).
5. Правила вызова служб безопасности. Государственные, городские, районные муниципальные 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 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.

Правила безопасного поведения в социальной среде (5 ч)

Правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях (3 ч)

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 возникновении 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)

5. 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 помощи (1 ч)

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

Первая 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 (3 ч)

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», 2015).

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 / В.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, 2016.

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». 5 класс. — М.: Кирилл и Мефодий, 2005.

Структура курса

Наименования разделов и тем	5 класс
<i>Раздел I. Безопасность и защита человека в среде обитания</i>	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
<i>Раздел II. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи</i>	5
Средства оказания первой помощи	1
Первая помощь при травмах и повреждениях	1
Первая помощь при острых состояниях	3
<i>Раздел III. Основы, здорового образа жизни</i>	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
					Предметные результаты	Метапредметные (познавательные, коммуникативные, регулятивные)	Личностные	В.	Пр.	К.	
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	01.09-09.09.		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
2	11.09-16.09.		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
3	18.09-		Правила	Познакомить учащихся с	Знать	Р.:	Формирование	1	1		

	23.09.		поведения в зонах повышенной опасности.	источниками повышенной опасности и правилами поведения: городском и общественном транспорте, улицы и дороги, здания и сооружения, подземные коммуникации, строительные площадки, промышленные предприятия.	источники повышенной опасности и правила поведения.	Преобразование практической задачи в познавательную. П.: Установление аналогий. К.: Ставить вопросы	правил поведения в зонах повышенной опасности: городском и общественном транспорте, улицы и дороги, здания и сооружения, подземные коммуникации, строительные площадки, промышленные предприятия.				
4	25.09-30.09.		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 и. Уметь правильно сообщить по телефону в службу безопасности и города (пожарная охрана, полиция, скорая помощь, служба газа) о создавшейся	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

					опасной ситуации.							
Правила безопасного поведения в быту – 9 часов												
5	02.10-07.10.		Городское и сельское жилище, их характеристик а.	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				
6	09.10-14.10.		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				Видеок ассета: Против опожар ная безопас ность
7	16.10-21.10.		Осторожно! Огонь!	Обучить учащихся быстро и грамотно действовать при возгорании бытовой 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		Видеок ассета: Против опожар ная безопас ность

8	23.10-28.10.		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			
9	08.11-11.11.		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	13.11-18.11.		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 действует 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			

11	20.11-25.11.		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
12	27.11-02.12.		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			
13	04.12-09.12.		Экстремальные ситуации в	Формировать психологическую	Знать чего нельзя	Р.: Преобразование	Знать о способах	1			

			жилище.	устойчивость к стрессу, готовность к грамотному поведению в сложившейся ситуации (невозможность попасть в квартиру). Предотвращение или алгоритм действия в подобной ситуации.	делать, когда потеряли ключи от дома.	практической задачи в познавательную. П.: Установление аналогий. К.: Ставить вопросы.	предотвращения ситуации, когда невозможно попасть домой.				
Правила безопасного поведения на улицах – 2 часа											
14	11.12 – 16.12.		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		
15	18.12 – 23.12.		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

16	25.12 – 28.12.		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		
17	11.01 – 13.01.		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	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

				<p>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.).</p>							
18	15.01 – 20.01.		<p>Транспортные аварии.</p>	<p>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.</p>	<p>Уметь правильно действовать в опасных и аварийных ситуациях на железнодорожном транспорте.</p>	<p>Р.: Применять установленные рекомендации. П.: Уметь действовать самостоятельно. К.: Ставить вопросы.</p>	<p>Формирование основных правил безопасного поведения на железнодорожном транспорте.</p>	1			

19	22.01 – 27.01.		<p>Авиационный транспорт. Морской и речной транспорт.</p>	<p>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.</p>	<p>Уметь правильно действовать в опасных и аварийных ситуациях на авиационном, морском, речном транспорте.</p>	<p>Р.: Применять установленные рекомендации. П.: Уметь действовать самостоятельно. К.: Ставить вопросы.</p>	<p>Формирование основных правил безопасного поведения на авиационном, морском, речном транспорте.</p>				
----	----------------	--	---	--	--	---	---	--	--	--	--

Правила безопасного поведения в социальной среде – 5 часов

Правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях – 3 часа

20	29.01 – 03.02.		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			
21	05.02 – 10.02.		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

22	12.02 – 17.02.		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											
23	19.02 – 24.02.		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 выразить.	Формирование внутренней позиции школьника на основе положительного отношения к экологии.	1	1		
24	26.02 – 03.03.		Загрязнения воздуха.	Выяснить, какое вредное воздействие	Знать, как можно	Р.: Применять установленные	Формирование внутренней	1			Интерактивна

				оказывают промышленные предприятия. Что такое кислотные дожди? Как бороться с загрязнением воздуха? Что нужно делать, чтобы дышать чистым воздухом.	уменьшить неблагоприятное воздействие загрязненного воздуха на здоровье людей.	рекомендации. П.: Умение характеризовать, объяснять. К.: Представлять свои взгляды и уметь их выражать.	позиции школьника на основе положительного отношения к экологии.				я презентация
--	--	--	--	---	--	---	--	--	--	--	---------------

Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения – 1 час.

Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени – 1 час

25	05.03 – 10.03.		Средства индивидуальной защиты органов дыхания.	Назначение фильтрующих гражданских противогазов. Правила пользования противогазом. Положение 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

26	12.03 – 17.03.		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 лекарственным и средствами.	1			
----	----------------	--	-------------------------------	--	---	--	---	---	--	--	--

Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях – 1 час											
27	19.03 – 24.03.		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 – 3 часа											
28	02.04 – 07.04.		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			
29	09.04 – 14.04.		Первая помощь при кровотечении.	Основные способы временной остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей	Уметь оказать первую помощь при незначительных ранениях.	Р.: Применять установленные правила по оказанию доврачебной помощи.	Формирование правил оказания первой помощи.	1	1		Интерактивная презентация

				повязки.		П.: Характеризовать различные травмы. К.: Умение работать в группе.					
30	16.04 – 21.04.		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											
<i>Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни - 2 часа</i>											
31	23.04 – 28.04.		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.: Овладеть методами ЗОЖ. К.: Умение работать в группе.	Сформировать представления о важности двигательной активности для здоровья человека.	1			Интерактивная презентация

32	30.04 – 12.05.		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											
33	14.05 – 19.05.		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											
34	21.05 – 25.05.		Компьютер – друг или враг?	Влияние компьютера и телевизора на здоровье детей. Безопасность при работе на персональном компьютере. Правила безопасности при просмотре те-	Знать о последствиях малоподвижного образа жизни и влияния компьютера и телевизора на	Р.: Применять установленные правила по охране здоровья. П.: Соблюдение	Сформировать правила личной гигиены. Режим дня.	1	1		

				левизионных передач.	здоровье человека.	гигиены. К.: Аргументирова ть точку зрения.					
ИТОГО:								3 4	11	4	