

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Самарской области**

**Центральное управление**

**ГБОУ «Санаторная школа-интернат г.о. Жигулёвск»**

**РАССМОТРЕНО**

**МО ГБОУ "Санаторной  
школы - интерната № 3**

**г.о. Жигулёвск"**

**Руководитель МО**

\_\_\_\_\_  
**В.П. Ярцева**  
Протокол №1 от «31» 08 2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

**Зам. директора по УВР**

\_\_\_\_\_  
**К.С. Коннова**  
Протокол № 1 от «31» 08 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

**Директор**

\_\_\_\_\_  
**А.В. Телегин**  
приказ № 135 от «31» 08 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

**для обучающихся 5-9 классов**

**Жигулёвск 2023**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа по основам безопасности жизнедеятельности в 5-9 классе разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, Концепции духовно-нравственного воспитания и развития личности гражданина России, авторской программы под ред. Н.Ф. Виноградовой., планируемых результатов основного общего образования и ориентирована на работу по учебно – методическому комплекту:

1. Основы безопасности жизнедеятельности :5 - 9 классы: программа / под ред. Н.Ф.Виноградовой. - Москва : Вентана - Граф, 2019 .
2. Виноградова Н.Ф. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-6 классы: методическое пособие / Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В. Сидоренко и др.– 4-е издание,. М.: Вентана - Граф, 2019 год.
3. Виноградова Н.Ф. Основы безопасности жизнедеятельности: 7-9 классы: методическое пособие / Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В. Сидоренко и др.– 4-е издание. М.: Вентана - Граф, 2019 год.

На изучение курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5 -9 классах отводится по 1 ч в неделю. Программа рассчитана на 35 ч. в год, 175 часов за весь курс обучения.

Конструирование курса осуществлялось с учётом следующих дидактических принципов, которые опираются на личностно-ориентированный и деятельностный подходы в образовании.

1. Учёт требований ФГОС ООО по данной предметной области: приоритетных целей образования; планируемых результатов обучения; требований к личностным, метапредметным и предметным достижениям обучающихся.

2. Реализация принципа природосообразности предполагает учёт актуальности отобранного содержания для обучающихся подросткового этапа развития, психологического статуса, потребностей, интересов, трудностей и проблем повседневной жизни старших подростков.

3. Принцип психологической обусловленности позволяет ученику быть субъектом познавательной деятельности, формировать осознанное отношение к проблемам здоровья, сохранения жизни и эмоционального благополучия, рефлексивные качества (регулирование своего поведения, самоконтроль, самооценку).

4. Принцип практико-ориентированной учебно-познавательной деятельности даёт возможность формировать конкретные умения и навыки, способность оценивать и контролировать свои действия, предвидеть последствия своего (чужого) поведения и своевременно их исправлять. Реализацию данного принципа обеспечивает система практических занятий.-

5. Культурологический принцип даёт возможность расширить круг представлений школьников о проблемах здоровья, его укреплении и охране, о видах чрезвычайных ситуаций и правильном поведении в них. Материалы рубрики «Для любознательных» позволяют поддерживать интерес обучающихся к данному предмету, развивают мотивацию к его изучению.

Программа планирует изучение курса- ОБЖ в 5—9 классах в соответствии с Примерной основной образовательной программой.

Программное содержание курса построено по линейно-концентрическому принципу, то есть раскрывается последовательно, постепенно усложняясь и расширяясь. В каждой теме обязательно выполняются практические задания, рекомендуются темы проектной деятельности.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### **Личностные результаты:**

освоение социальных норм поведения, социальных ролей, связанных с необычными, неожиданными и чрезвычайными ситуациями;  
сформированность социально значимых межличностных отношений, ценностных жизненных установок и нравственных представлений;  
эмоционально-отрицательная оценка потребительского отношения к окружающей среде, к проявлению асоциального поведения;  
наличие способности предвидеть результаты своих действий, корректировать те из них, которые могут привести к нежелательным и/или опасным последствиям;  
устойчивое стремление и готовность к саморазвитию и личностному совершенствованию.

### **Метапредметные результаты (универсальные учебные действия) Познавательные:**

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

### **Регулятивные:**

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

### **Коммуникативные:**

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

### **Предметные результаты**

Учащиеся научатся:

объяснять смысл основных понятий (в рамках изученного материала);  
характеризовать государственную политику, связанную с предотвращением различных чрезвычайных ситуаций и борьбой с ними (в рамках изученного материала);  
раскрывать особенности семьи как социального института; характеризовать факторы благополучных взаимоотношений в семье;  
выявлять факторы, влияющие на здоровье и благополучие человека;  
раскрывать особенности организации безопасного туризма, отдыха, игр и занятий;  
классифицировать и характеризовать виды чрезвычайных ситуаций, особенности каждого вида;  
анализировать и оценивать ситуации, связанные с опасностями для здоровья и жизни человека в близком окружении и в масштабах региона;  
различать чрезвычайные ситуации разного вида (природные, биологические, техногенные, социальные); приводить примеры разных видов чрезвычайных ситуаций;  
предвидеть возможные последствия своих действий и поведения;

проявлять желание противостоять негативным влияниям окружающей социальной среды, коллектива сверстников, взрослых;

организовывать режим, двигательную активность, закаливание и др.;

проявлять разумную предосторожность в выборе мест для игр, пользовании бытовыми электроприборами;

ориентироваться в дорожной обстановке, соблюдать правила дорожного движения;

оказывать первую помощь в различных чрезвычайных ситуациях.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Содержание учебного предмета ОБЖ для 5-6 класса содержит следующие разделы: Введение. Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».

### **Чтобы сохранить здоровье нужно знать себя**

*Особенности организма человека.* Организм человека как единое целое. Функции разных систем органов тела. Почему нужно знать свой организм. Укрепление нервной системы, тренировка сердца, дыхательной системы. Принципы рационального питания. Первая помощь при отравлении и пищевой аллергии.

*Здоровье органов чувств.* Охрана органов чувств. Первая помощь при попадании в глаз инородного тела.

*Как вести здоровый образ жизни.* Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье. Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши).

*Движение — это жизнь.* Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.

*Закаливание как условие сохранения и укрепления здоровья.* Правила закаливания младшего подростка.

*Компьютер и здоровье.* Правила безопасного пользования компьютером. Виды занятий, снимающих утомление.

*Безопасный дом.* Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры и мытья посуды. Животные и насекомые, распространяющие инфекцию (мышь, тараканы, клопы). Техника безопасности в доме. Первая помощь при ушибах, отравлении химическими веществами (парами клея, краски, газом) и поражении электрическим током

### **Школьная жизнь**

*Выбор пути: безопасная дорога в школу.* Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения. Дорожное

движение в населённом пункте и за городом. Безопасная дорога. Выбор безопасного пути в школу. Правила поведения на дорогах и улицах. Оценка пешеходом дорожной ситуации. «Дорожные ловушки» — способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций. Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира в разных видах транспорта.

*Правила поведения в школе.* Общие правила поведения в школьном помещении и во дворе школы. Поведение на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой. Может ли общение привести к беде. Первая помощь при сотрясении мозга, ушибах и кровотечении. Помощь заболевшему ребёнку.

Ориентирование в школьных помещениях. Меры предупреждения пожаров, правила эвакуации при пожаре. Помощь при отравлении угарным газом и при ожогах.

### **На игровой площадке**

*Подготовка к прогулке.* Выбор одежды и обуви с учётом погоды и планируемых подвижных игр.

*Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием на площадке, при езде на велосипеде.* Зимние игры, безопасность при езде на санках-ледянках. Первая помощь при переломах и вывихах. Поиск подростками «приключений»: оправдан ли риск.

*Животные на игровой площадке.* Правила поведения при встрече с собакой. Первая помощь при укусе собаки.

### **На природе**

*Ориентирование на местности.* Что такое ориентир. Ориентирование по компасу, Солнцу и часам; Полярной звезде; местным признакам. Измерение расстояния на местности.

*Опасности, которые могут встретиться во время прогулок.* Общие правила поведения во время экскурсий на природу. Правила поведения в экстремальных ситуациях (при потере ориентиров на незнакомой местности и др.). Опасные встречи (животные, насекомые, змеи). Первая помощь при укусе насекомого, змеи. Правила поведения на водоёмах. Выбор и оценка места для купания. Первая помощь при судорогах, солнечном ударе, утоплении. Оценка состояния льда в осеннее и весеннее время. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные преграды

## **Туристический поход: радость без неприятностей**

*Правила организации безопасного туристического похода.* Подготовка к походу: сбор снаряжения, продуктов. Одежда и обувь для похода. Правила упаковки рюкзака. Спальный мешок.

*Режим дня в туристическом походе.* Правила организации режима дня путешественника: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий и игр.

Первая помощь при потёртостях кожи, пищевых отравлениях, ожогах. Походная аптечка. Лечебные травы.

## **Когда человек сам себе враг**

При каких обстоятельствах человек сам себе враг. Вредные привычки и пагубные последствия курения и употребления алкоголя для растущего организма.

## **Практические работы**

Измерение пульса, проверка выносливости; тренировка дыхательной системы; проверка степени загрязнения воды; анализ режима питания; овладение приёмами тренировки глаз; проверка уровня физической подготовки учащегося; составление программы закаливания; освоение правил пользования компьютером; выбор безопасного маршрута от дома до школы; оценка дорожной обстановки; освоение правил дорожного движения; выбор правильного решения в конфликтной ситуации; эвакуация из здания школы; действия при пожаре в школе; оказание первой помощи при лёгких травмах; оказание первой помощи при переломах; оценка поведения собаки; выбор ориентиров на местности; ориентирование на местности по компасу; определение сторон света по Солнцу и часам; определение сторон света по местным приметам; измерение расстояния шагами; оказание доврачебной помощи при укусах насекомых и змей; обучение приёмам искусственного дыхания; составление режима для многодневного туристического похода; определение отличительных признаков ядовитых грибов.

## **Проектная деятельность по темам**

«Органы чувств человека», «Курить — здоровью вредить», «Экскурсия в природу»<sup>1</sup>.

Ведущие содержательные линии программы соответствуют разделам учебника «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-6 класса.

Во введении к учебнику обсуждается необходимость изучения курса ОБЖ и роль полученных знаний и приобретённых на занятиях по этому предмету умений в правильной организации жизни человека.

При изучении раздела «Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя» обсуждается проблема зависимости здоровья и благополучия человека от знания индивидуальных и типологических особенностей организма. Изучаются правила поведения, обеспечивающие нормальную работу систем органов (кровеносной, дыхательной, пищеварительной, нервной), а также даются рекомендации по соблюдению принципов рационального питания, движения и гигиены.

В разделе «Мой безопасный дом» содержится информация о чрезвычайных (аварийных) ситуациях, которые могут возникнуть в доме, в школе при нарушении правил поведения и техники безопасности.

В разделе «Школьная жизнь» рассматривается две проблемы. День школьника начинается с дороги, поэтому учащиеся знакомятся с правилами дорожного движения и рассматривают опасные ситуации, участниками которых могут стать пешеход и пассажир. Особое внимание уделяется поведению учащихся в школе и на пришкольной территории, выбору безопасных способов разрешения возможных конфликтов.

## **Формы организации учебного процесса**

- урок-лекция;
- урок-беседа;
- урок-экскурсия;
- киноурок;
- урок самостоятельной работы;
- лабораторные и практические занятия;
- уроки с разнообразными видами заданий.

## **Основные виды учебной деятельности**

- Соблюдать «Правила личной гигиены»
- выбор безопасного маршрута от дома до школы.
- анализ и характеристика дорожных знаков.

- Соблюдать «Правила поведения в школе»
- Соблюдать правила безопасного обращения с качелями, с велосипедом.
- Уметь ориентироваться на местности
- сбор снаряжения к походу; определение режима дня; режима питания и меню.

### **Содержание курса ОБЖ для 7-9 класса содержит следующие разделы:**

**Введение.** Основы безопасности жизнедеятельности. Это нужно знать

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

Расширение кругозора. Физическое воспитание в Спарте.

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

*Зависит ли здоровье от образа жизни?* Образ жизни. Слагаемые здоровья.

*Физическое здоровье человека.* Значение физической культуры для здоровья человека. Что такое физическое здоровье. Физическая культура и служба в армии. Закаливание -- способ тренировки организма. Виды закаливания. Правила гигиены.

Расширение кругозора. Русская баня и здоровье. Примеры закаливания.

*Правильное питание.* Характеристика жиров, белков и углеводов. Режим питания. Правила питания. Продукты питания как экологический фактор. Питание и болезни. Диета.

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

*Психическое здоровье человека.* Показатели психического здоровья и нездоровья. Влияние воли на эмоциональное состояние человека. Правильная организация жизнедеятельности. Воздействие шумов на организм человека. Компьютер и здоровье. Информационная безопасность.

*Социальное здоровье человека.* Что такое социальное здоровье человека. Общение. Правила коммуникации. Учение — социально важная деятельность. Круг интересов человека. Фанаты и поклонники.

Расширение кругозора. Дети-Маугли.

*Репродуктивное здоровье подростков и его охрана.* Определение репродуктивного здоровья. Половое созревание. Особенности развития мальчиков и девочек (юношей и девушек). Риски старшего подросткового возраста.

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

*Как вести себя при пожаре.* Причины и последствия пожаров. Поражающие факторы пожара. Правила пожарной безопасности. Безопасность во время праздничных фейерверков. Можно ли тушить пожар самостоятельно? Правила эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения. Помощь при ожогах.

*Чрезвычайные ситуации в быту.* Залив жилища. Опасное электричество. Первая помощь при электротравмах. Утечка газа. Отравление угарным газом.

Бытовая химия. Правила хранения в помещении опасных жидкостей. Правила поведения с немаркированными ёмкостями. Отравление ядохимикатами. Первая помощь при отравлении опасными жидкостями и ядохимикатами.

*Разумная осторожность.* Досуг в городе; каких мест лучше избегать. Как вести себя на улице. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Что делать, если произошло нападение. Самооборона.

Расширение кругозора. Уголовный кодекс РФ о проникновении в чужое жилище.

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

#### **Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе**

*Лес — это серьёзно.* Ядовитые растения. Несъедобные для человека грибы. Правила сбора грибов, которые помогут избежать отравления. Правила грибной кулинарии. Первая помощь при отравлении грибами.

Дикие животные. Насекомые. Гроза в лесу. Правила поведения при грозе.

Расширение кругозора. Ядовитые растения. Мифы о грибах. Опасные земноводные.

*Водоём зимой и летом.* Опасные ситуации на воде, причины возникновения. Правила отдыха на воде, правила катания на лодке. Помощь утопающему. Помощь человеку, оказавшемуся в полынье. Правила зимней рыбалки.

#### **Современный транспорт и безопасность**

*Транспорт в современном мире.*

Расширение кругозора. Экологически безопасный транспорт.

*Чрезвычайные ситуации на дорогах.* Транспорт как источник опасности. Опасные игры на дорогах. Дорожно-транспортное происшествие: причины и последствия. Правила поведения при дорожно-транспортном происшествии. Первая помощь при травмах: как остановить кровотечение, как наложить шину.

Расширение кругозора. Водитель в чрезвычайной ситуации.

*Опасные ситуации в метро.* Правила поведения в метро: движение на эскалаторе; ожидание поезда; в вагоне.

*Авиакатастрофы.* Подготовка к полёту. Правила поведения на борту авиалайнера. Пожар на борту самолёта. Разгерметизация самолёта. Аварийная посадка.

Расширение кругозора. Права командира авиалайнера в экстренных ситуациях.

*Железнодорожная катастрофа.* Действия в случае крушения поезда.

### **Безопасный туризм**

*Обеспечение безопасности в туристских походах.* Туризм — отдых, связанный с преодолением трудностей. Объективные и субъективные трудности туристского похода. Правила безопасности в туристском походе. Преодоление естественных препятствий. Безопасное место для бивуака. Правила безопасного поведения в случае, когда турист отстал от группы. Туризм и экология окружающей среды.

*Обеспечение безопасности в водном туристском походе.* Подготовка к походу. Правила безопасного поведения в водном походе. Узлы в туристском походе.

Расширение кругозора. Как правильно выбрать для похода рюкзак. Вязание узлов (исторический экскурс).

Когда человек сам себе враг

*Курение убивает!* Опасности курения: что содержит в себе сигаретный дым. Почему курение мешает учению. Физическое состояние подростков-курильщиков.

Расширение кругозора. История табака и курения.

*Алкоголь и здоровье.* Воздействие алкоголя на организм человека. Первая помощь при отравлении алкоголем. Как уберечь себя от алкоголизма.

Расширение кругозора. Как на Руси относились к алкоголю.

*Скажем наркотикам — нет!* Что такое наркотики и наркомания. Воздействие наркотика на организм человека. Токсикомания.

### **Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера**

*Чрезвычайные ситуации и их классификация.* Определение чрезвычайной ситуации. Классификация чрезвычайных ситуаций. Система оповещения в чрезвычайных ситуациях. Общие правила эвакуации.

*Природные чрезвычайные ситуации.* Землетрясение. Извержение вулкана. Сели и оползни. Снежные лавины. Ураган, буря, смерч. Цунами. Наводнения. Природные пожары. Правила поведения в природных чрезвычайных ситуациях.

Расширение кругозора. Ураган Фифи.

*Чрезвычайные ситуации техногенного характера.* Причины и виды техногенных ЧС. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения. Аварии с утечкой химических и радиоактивных веществ. Виды радиационно-опасных объектов. Аварии на гидродинамических объектах. Правила поведения при авариях различного вида.

Расширение кругозора. Из истории техногенных катастроф.

### **Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации**

*Экстремизм и терроризм.* Что такое экстремизм, его истоки и причины. Крайние проявления экстремизма. Что такое терроризм, его проявления. Правила поведения во время взрыва и после него. Как вести себя в плену у террористов. Как вести себя во время спецоперации по освобождению заложников.

*Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму.*

*Национальная безопасность Российской Федерации.* Что такое национальная безопасность. Условия обеспечения национальной безопасности Российской Федерации.

### **Практические работы**



Подготовка программы закаливания для человека, который часто болеет простудными заболеваниями.

Изучение физических упражнений, которые помогают снять напряжение разных групп мышц. Определение степени развития своих волевых качеств.

Анализ «пищевой пирамиды» и составление меню школьника на день. Составление рациона питания с учётом соотношения белков, жиров и углеводов. Анализ соотношения своего роста и веса. Анализ информации на этикетках продуктов.

Выявление возможных источников шума в современной городской квартире.

Изучение правил пользования газовыми и электрическими приборами; знакомство с устройством и принципом действия пожарного крана; знакомство с устройством углекислотного и воздушно-пенного огнетушителей.

Психологическая подготовка к встрече с преступником; знакомство с подручными предметами, которые можно использовать как средство защиты от нападения. Отработка линии поведения в чрезвычайной ситуации (злоумышленник пытается проникнуть в квартиру).

Отработка приёмов проведения искусственного дыхания.

Отработка правил поведения при аварийной посадке самолёта.

Составление графика движения в туристском походе; составление программы поиска потерявшегося туриста и программы его действий в ситуации автономного пребывания в природе. Освоение разных видов узлов. Оказание первой помощи при небольших ранах, ссадинах, переломах, ушибах.

Анализ положений Федерального закона «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака».

Анализ положений Федерального закона «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

#### **Проектная деятельность (примерные темы)**

- 1) «Витамины — это жизнь»;
- 2) «Одиночество — путь к социальному нездоровью человека», «Наши предложения: как улучшить психическое здоровье человека», «Медиасреда — не навреди!»;
- 3) «Опасные игры»;
- 4) «Растения и грибы таят опасности», «Безопасное поведение на природе»;
- 5) «История великих кораблекрушений», «Правила поведения при чрезвычайных ситуациях на корабле»;
- 6) «Как укрыться от непогоды» (конструирование укрытия от непогоды в лыжном и пешем туристском походе);
- 7) «Отношение к пьянству в России в разные исторические эпохи», «Мифы о пьянстве на Руси», «Отражение темы пьянства в карикатуре»;
- 8) «Как смягчить последствия природных чрезвычайных ситуаций»;
- 9) «Техногенные катастрофы»;
- 10) «Служба в Вооружённых Силах России как часть борьбы за национальную безопасность страны».

#### **Формы организации учебного процесса**

- урок-лекция;
- урок-беседа;
- урок-экскурсия;
- киноурок;
- урок самостоятельной работы;
- лабораторные и практические занятия;
- уроки с разнообразными видами заданий.

#### **Основные виды учебной деятельности**

- Отбор и сравнение материала по нескольким источникам.
- Анализ проблемных ситуаций.

определение видовых особенностей ядовитых растений; определение ядовитых или несъедобных грибов.

действия по оказанию первой помощи при кровотечениях; наложение шины.

алгоритмизация поведения во время пожара в поезде;

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 5 класс

№	Дата план	Дата факт	Тема	Кол-во часов
1			Первичный инструктаж по охране труда. Введение. Изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»	1
2			За что „отвечают" системы органов	1
3			За что „отвечают" системы органов	1
4			Как укреплять нервную систему.	1
5			Как можно тренировать сердце.	1
6			Упражняем дыхательную систему	1
7			Питаемся правильно.	1
8			Практическая работа"Продукты содержащие кальций, витамин С"	1
9			Здоровье органов чувств.	1
10			Здоровье органов чувств.	1
11			Проектная деятельность по теме: Слух человека и животных. Сравнительная характеристика.	1
12			Проектная деятельность по темам: Как сохранить обоняние? Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его?	1
13			Здоровый образ жизни.	1
14			Чистота — залог здоровья.	1
15			Чистота — залог здоровья.	1
16			Движение — это жизнь.	1
17			Закаливание	1
18			Компьютер и здоровье.	1
19			Повторение и обобщение по теме «Здоровый образ жизни»	1
20			Мой безопасный дом	1
21			Мой безопасный дом	1
22			Техника безопасности в доме.	1
23			Техника безопасности в доме.	1
24			Дорога в школу и обратно	1
25			Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения	1
26			Знаки дорожного движения.	1
27			Знаки дорожного движения	1
28			Безопасная дорога	1
29			Школьник как пешеход и пассажир	1
30			Общие правила школьной жизни	1
31			Правила поведения в школе.	1
32			Правила поведения в школе.	1
33			Если в школе пожар	1

34			<i>Итоговое тестирование</i>	1
35			<i>Безопасность жизнедеятельности во время летних каникул</i>	1
			<b>Всего часов</b>	<b>35</b>

### 6 класс

№ п/п	Дата план	Дата факт	Тема	Количество часов
1			Первичный инструктаж по охране труда. Введение	1
2			Подготовка к прогулке	1
3			На игровой площадке	1
4			На игровой площадке	1
5			На игровой площадке	1
6			Учимся оказывать первую помощь (ушибы)	1
7			Учимся оказывать первую помощь (вывихи)	1
8			Учимся оказывать первую помощь (переломы)	1
9			Встреча с животными	1
10			Встреча с животными	1
11			Первая помощь при укусе собаки	1
12			Ориентирование по компасу, солнцу, часам	1
13			Ориентирование по Полярной звезде, местным признакам	1
14			Измерение расстояния на местности	1
15			Ориентирование	1
16			Ориентирование	1
17			Правила поведения во время прогулок и на экскурсии	1
18			Первая помощь при солнечном или тепловом ударе	1
19			Если встретилась опасность...	1
20			Первая помощь при укусе насекомого, змеи	1
21			Расширяем свои знания о змеях	1
22			Ядовитые растения и грибы	1
23			Ядовитые растения и грибы	1
24			Ядовитые растения и грибы	1
25			Первая помощь при отравлении	1
26			На водоеме	1
27			Правила безопасного поведения на воде	1
28			Первая помощь при утоплении	1
29			Правила безопасного поведения на льду	1
30			Проектная деятельность на тему: Экскурсия в природу.	1
31			Проектная деятельность на тему: Экскурсия в природу.	1
32			Практическая работа "Оказание первой помощи утопающему"	1

22			Обобщение пройденного материала за курс 6 класса	1
34			Итоговое тестирование	1
35			<i>Безопасность жизнедеятельности во время летних каникул</i>	1
			<b>Всего часов</b>	<b>35</b>

### 7 класс

№	Дата план	Дата факт	Тема	Кол-во часов
1.			Первичный инструктаж по охране труда. Введение.	1
2.			Любим ли мы туристические походы	1
3.			Правила организации туристского похода	1
4.			Подбор снаряжения для похода	1
5.			Походная аптечка	1
6.			Знакомимся с лекарственными растениями	1
7.			Знакомимся с лекарственными растениями	
8.			Режим дня в туристическом походе	1
9.			Походная еда	1
10.			Первая помощь пострадавшему в походе	1
11.			Лечение ожогов в туристском походе	1
12.			Когда человек сам себе враг	1
13.			Вред алкоголя	1
14.			Вред курения	1
15.			Скажем наркотикам Нет!"	1
16.			Проектная деятельность на тему «Вредные и опасные привычки»	1
17.			Упражнения при простуде и влажном кашле	1
18.			Первая помощь при отравлении	1
19.			Аллергия и её влияние на организм человека	1
20.			Если в глаз попала соринка	1
21.			Заболевания, вызванные отсутствием гигиены	1
22.			Правила закаливания	1
23.			Безопасная работа за компьютером	1
24.			Приёмы безопасного обращения с клеем при проведении домашних хозяйственных работ	1
25.			Первая помощь при отравлении газом	1
26.			Сотрясение мозга. остановка кровотечения из носа	1
27.			Первая помощь при ожогах и отравлении угарным газом	1
28.			Способы снятия усталости	1
29.			Первая помощь при вывихах и переломах	1

30.			Первая помощь при утоплении, судороге	1
31.			Первая помощь при потёртости кожи	1
32.			Способы тренировки дыхательной системы	1
33.			Обобщение пройденного материала за курс 7 класса	1
34.			Итоговое тестирование	1
35.			<i>Безопасность жизнедеятельности во время летних каникул</i>	1
				<b>35</b>

### 8 класс

№ п/п	Дата план	Дата факт	Тема	Кол-во часов
1.			Первичный инструктаж по охране труда. Введение	1
2.			Что такое ЧС	1
3.			Классификация ЧС	1
4.			Современная семья как институт воспитания	1
5.			Здоровый образ жизни	1
6.			Физическое здоровье человека	1
7.			Правильное питание	1
8.			Психологическое здоровье человека	1
9.			Социальное здоровье человека	1
10.			Репродуктивное здоровье подростков и его охрана	1
11.			Человек и окружающая среда	1
12.			Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни	1
13.			Как вести себя при пожаре	1
14.			Чрезвычайные ситуации в быту	1
15.			Разумная предосторожность	1
16.			Опасные игры: неразорвавшиеся боеприпасы	1
17.			Экстремальные виды спорта и развлечений	1
18.			Правила пользования газовыми и электроприборами	1
19.			Оказание помощи при ожогах, отравлениях, переломах	1
20.			Средства пожаротушения	1
21.			Практическая работа "Отработка схемы действий в ЧС"	1
22.			Практическая работа "Отработка схемы действий в ЧС"	1
23.			Транспорт в современном мире	1
24.			Чрезвычайные ситуации на дорогах	1
25.			Правила езды велосипедиста	1
26.			Опасные игры на дорогах: бокинг, BMX и др.	1
27.			Опасные ситуации в метро	1

28.			Авиакатастрофы, правила поведения на борту авиалайнера	1
29.			Железнодорожные катастрофы	1
30.			Зацепинг - опасная игра	
31.			Первая помощь при кровотечениях	
32.			Первая помощь при кровотечениях	
33.			Обобщение пройденного материала за курс 8 класса	
34.			Итоговое тестирование	
35.			<i>Безопасность жизнедеятельности во время летних каникул</i>	
			<b>Всего часов</b>	<b>35</b>

**9 класс**

№ п/п	Дата план	Дата факт	Тема	Кол-во часов
1.			Первичный инструктаж по охране труда. Введение	1
2.			Безопасный отдых и туризм. Виды туризма	1
3.			Групповое снаряжение походной туристской группы	1
4.			Трудности турпохода. Обеспечение безопасности в турпоходе. Движение по маршруту	1
5.			Правила преодоления естественных препятствий	1
6.			Обеспечение безопасности при переправах через водные препятствия	1
7.			Водный туризм. Правила поведения на воде	1
8.			Узлы в туристском походе	1
9.			Правила разведения костра. Быт туриста. Туризм и экология окружающей среды	1
10.			Правила поведения туриста, если он отстал от группы. Сигналы бедствия	1
11.			Вредные привычки и их факторы, влияние на здоровье	1
12.			Вред курения	1
13.			Вред алкоголя, первая помощь при отравлении алкоголем	1
14.			Наркотики - яд, первая помощь при отравлении	1
15.			Токсикомания - страшная зависимость, её внешние проявления	1
16.			Детская игромания - вредная зависимость	1
17.			ЧС природного и техногенного характера	1
18.			Система оповещения о ЧС. Правила эвакуации	1
19.			ЧС природного характера, их классификация	1
20.			Природные ЧС. Предвестники ЧС	1
21.			Особенности поведения во время природных ЧС.	1
22.			Последствия природных ЧС	1
23.			ЧС техногенного характера: причины возникновения и виды техногенных ЧС	1

24.		Пожары, их виды	1
25.		Практическая работа " Первая помощь при травмах, кровотечениях"	1
26.		Практическая работа " Первая помощь при открытом переломе конечности"	1
27.		Практическая работа " Первая помощь при отравлении химическими веществами"	1
28.		Эпидемии. Эпифитотии. Эпизоотии	1
29.		ЧС социального характера: экстремизм и терроризм	1
30.		Практическая работа " Законодательство РФ о противодействии экстремизму и терроризму"	
31.		Личная безопасность при теракте. Поведение при обнаружении подозрительного предмета, взятии в заложники, во время спецоперации, после взрыва	
32.		Практическая работа " Первая помощь при ранениях, вызванных взрывами"	
33.		Обобщение пройденного материала за курс 9 класса	
34.		Итоговое тестирование	
35.		<i>Безопасность жизнедеятельности во время летних каникул</i>	
		<b>Всего часов</b>	<b>35</b>