

Муниципальное образование Павловский район  
Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №13  
ИМЕНИ ФЕДОРА ИВАНОВИЧА ФОМЕНКО СТ. ПОВОПЕТРОВСКАЯ

«Утверждено»  
Решением педагогического совета  
от 31.08. 2020 года протокол № 1  
Председатель ЗМ \_\_\_\_\_  
подпись руководителя ОУ Ф.И.О.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**«Основы безопасности жизнедеятельности»**  
(указать учебный предмет, курс)

Класс: 7-9 класс

Уровень образования: основное общее образование, 7-9 классы

Учитель: Князев Олег Анатольевич

Количество часов по учебному плану всего 102 часов; в неделю 1 час

Планирование составлено на основе авторской программы Н. Ф. Виноградова (Основы безопасности жизнедеятельности : 5—9 классы : рабочая программа / Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов, А. Б. Таранин. — М. Вентана-Граф, 2017.)

## 1. Планируемые результаты освоения учебного курса

### Личностные результаты:

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе.

**1. Патриотическое воспитание:** осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране; формирование чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга — защите Отечества.

**2. Гражданское воспитание:** готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; представление о способах противодействия коррупции; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении; готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней); сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства; понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, осмысление роли государства и общества в решении задачи защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; знание и понимание роли государства в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации, формирование веротерпимости, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, развитие способности к конструктивному диалогу с другими людьми.

**3. Духовно-нравственное воспитание:** ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать своё поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства; развитие ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключая употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесение иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих; формирование личности безопасного типа, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности других людей.

**4. Эстетическое воспитание:** формирование гармоничной личности, развитие способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни; понимание взаимозависимости счастливого юношества и безопасного личного поведения в повседневной жизни.

**5. Ценности научного познания:** ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой; овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия; формирование современной научной картины мира, понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространённых видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды); установка на осмысление опыта, наблюдений и поступков, овладение способностью оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей.

**6. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:** понимание личностного смысла изучения учебного предмета ОБЖ, его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства; осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели; умение принимать себя и других, не осуждая; умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, уметь управлять собственным эмоциональным состоянием; сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

**7. Трудовое воспитание:** установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания; осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого; готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей; укрепление ответственного отношения к учёбе, способности применять меры и средства индивидуальной защиты, приёмы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; овладение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах,

отморожениях, отравлениях; установка на овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды).

**8. Экологическое воспитание:** ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности экологической направленности; освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

- 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.

## 2. Содержание учебного предмета, курса

### Тематическое распределение часов

№ п/п	Содержание (разделы, темы)	Количество часов					
		авторская программа			рабочая программа		
		7	8	9	7	8	9
1	Туристский поход	19			19		
2	Когда человек сам себе враг	15			15		
3	Введение. Почему это нужно знать?		2			2	
4	Современная семья как институт воспитания		4			4	
5	Здоровый образ жизни		4			4	
6	Человек и окружающая среда		4			4	
7	Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни		6			6	
8	Разумная предосторожность		4			4	
9	Опасные игры		3			3	
10	Современный транспорт и безопасность		7			7	
11	Безопасный отдых и туризм			10			10
12	Когда человек сам себе враг			5			5

13	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера			12			12
14	Чрезвычайные ситуации социального характера			7			7
15	<b>Итого:</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>34</b>	<b>34</b>

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» для 7 классов включает следующие содержательные линии (разделы).

**Туристский поход: радость без неприятностей** *Подготовка к походу.* Правила организации безопасного туристского похода. Подбор снаряжения, сбор продуктов питания. Одежда и обувь для похода. Правила упаковки рюкзака. Спальный мешок. Походная аптечка. Список лечебных препаратов, необходимых в походе. Режим дня в многодневном походе. Правила организации режима дня туриста: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий и игр. Походная еда, правила её приготовления.

**Когда человек сам себе враг** *Вредные привычки, их пагубное влияние.* Алкоголь. Вред алкоголя для здоровья, умственной деятельности, поведения человека. Особая опасность приёма алкоголя в подростковом возрасте. Курение. Вред курения для здоровья. Особая опасность курения в подростковом возрасте. *Медицинские знания и умения:* упражнения при простуде и влажном кашле; первая помощь при отравлении; аллергия и её влияние на организм человека; если в глаз попала соринка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (глисты, дизентерия, педикулёз). Правила закаливания. Условия безопасной работы за компьютером. Приёмы осторожного обращения с клеем при проведении домашних хозяйственных работ. Первая помощь при отравлении газом. Симптомы сотрясения мозга, действия в случае подозрения на сотрясение мозга; остановка кровотечения из носа. Правила поведения заболевшего. Помощь при ожогах, отравлении угарным газом. Способы снятия усталости. Предупреждение простудных заболеваний. Первая помощь при подозрении на переломы и вывихи. Первая помощь при укусе собаки. Первая помощь при укусе насекомых, змей, клещей. Ядовитые растения и грибы. Помощь при отравлении грибами. Оказание первой помощи при солнечном ударе, утоплении, судороге. Первая помощь при потёртости кожи. Лечение ожогов в туристском походе.

**Практические работы** Способы тренировки дыхательной системы (дыхательные упражнения); проверка степени загрязнения воды; режим питания подростков; овладение приёмами тренировки глаз; выполнение физических упражнений; индивидуальная программа закаливания; правила безопасного пользования компьютером; выбор безопасного пути из дома в школу; оценка дорожной ситуации; правила дорожного движения; обсуждение ситуаций, связанных с поведением в школе; репетиция эвакуации из помещения школы при возникновении пожара; первая помощь при лёгких травмах; овладение навыком работы с компасом; определение сторон света по солнцу; определение сторон света по местным признакам; измерение расстояний на местности; приёмы искусственного дыхания; отличительные признаки ядовитых для человека грибов.

**Проектная деятельность** Примерные темы проектов: «Слух человека и животных. Сравнительная характеристика», «Как сохранить обоняние?», «Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его?», «Техника безопасности в жилом доме», «Вредные привычки: алкоголь, курение».

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» для 8—9 классов включает следующие содержательные линии (разделы).

**Введение. Почему это нужно знать?** Почему человеку необходимы знания о безопасности жизни? Задачи предмета ОБЖ. Что такое чрезвычайная ситуация, классификация чрезвычайных ситуаций. При каких условиях можно избежать или хотя бы уменьшить отрицательные последствия чрезвычайных ситуаций?

**Здоровый образ жизни. Что это такое?** Характеристика современной семьи как института воспитания. Какие бывают семьи (типы современной семьи). Семья как ячейка общества,

Социальный институт. Функции современной семьи. Условия благополучия в семье. Эмоциональная атмосфера и семейные отношения. Уважение к личности ребёнка, создание демократического стиля взаимоотношений в семье — гарантия эмоционального, психического, душевного благополучия и здоровья детей. Что такое репродуктивное здоровье. Влияние семьи на здоровье подрастающего поколения, его психическое и эмоциональное благополучие. Социальные (общественные) институты и организации, участвующие в охране жизни и здоровья граждан. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Физическое здоровье и условия его сохранения. Психическое здоровье человека. Эмоциональное благополучие и здоровье человека. Внешние признаки здорового человека: уверенная походка, правильная осанка, приятное выражение лица, активность. Факторы, определяющие физическое здоровье человека: наследственность, экология, условия проживания, медицинское обслуживание, желание и воля человека. Физическая культура и здоровье. Психическое здоровье и условия его сохранения: осознание человеком своего «Я», объективная оценка своих возможностей, способностей, успешности деятельности. Адекватность реакций на различные жизненные ситуации, способность к самооценке, самоуправлению с учётом социальных норм и правил; стремление планировать свою жизнедеятельность при смене жизненных ситуаций, в том числе при чрезвычайных. Социальные факторы, отрицательно воздействующие на психическое здоровье человека: социальные конфликты, нестабильность в обществе, нарушение взаимоотношений людей и др. Эмоциональное здоровье подростка и условия его сохранения: благополучная адаптация к коллективу сверстников, демократический стиль отношений со взрослыми и сверстниками, интересная познавательная среда, объективная самооценка, правильная организация жизни и деятельности и др. Негативные факторы воздействия на эмоциональное здоровье и благополучие подростка: проблемы в семейных отношениях, неумение общаться (дружить), неблагоприятный школьный климат, необъективная оценка своего «Я» и др. Социальное здоровье и условия его сохранения. Осознанное и добровольное принятие нравственных ценностей общества и их добровольное исполнение как критерий социального здоровья.

**Человек и окружающая среда** Неблагополучная экологическая ситуация и зоны риска. Факторы неблагоприятной экологической обстановки: загрязнение воздуха и его причины. «Безобидный воздух», «загрязнённый воздух». Негативное влияние хозяйственной деятельности человека на чистоту воздуха. Ухудшение качества воды и его причины. Типы загрязнений пресных водоёмов: промышленное загрязнение, бытовые отходы, химические вещества, применяемые в сельском хозяйстве, работа водного транспорта. Основные факторы, влияющие на загрязнение почвы, и последствия загрязнения. Человек и мир звуков: влияние городской экологии на здоровье органов чувств.

**Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни** Причины и последствия пожара. Правила пожарной безопасности. Правила поведения при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Меры безопасности при пользовании пиротехникой. Чрезвычайные ситуации в быту. Безопасность при использовании бытового газа, предметов бытовой химии. Правила поведения при заливе квартиры. Правила пользования электроприборами.

**Разумная предосторожность** Предвидение опасностей при выборе места отдыха. Внимательное отношение к объявлениям технических, экологических, санитарных служб. Поведение на улицах населённого пункта. Опасное время суток. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении.

**Опасные игры** Неразорвавшиеся боеприпасы. Экстремальные виды спорта и развлечений. Способность предвидеть последствия своего поведения, умение справиться с эмоциями при выборе занятий и развлечений.

**Современный транспорт и безопасность** Транспорт в современном мире. Чрезвычайные ситуации на дорогах. Дорожно-транспортные происшествия. Причины и последствия. Нарушение ПДД как главная причина дорожных происшествий. Опасные игры на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Знаки дорожного движения для велосипедистов. Поведение в дорожно-транспортных

происшествиях. Опасные ситуации в метро. Правила поведения на станции метро, эскалаторе, в вагоне поезда. Поведение в салоне авиалайнера. Пожар на борту лайнера или другие чрезвычайные ситуации: правила поведения. Авиакатастрофы. Железнодорожные катастрофы: правила поведения. Опасные игры на железнодорожном транспорте. Отрицательное отношение к ним.

**Безопасный отдых и туризм** Виды туризма. Объективные и субъективные трудности туристского похода. Групповое снаряжение походной туристской группы. Обеспечение безопасности в туристских походах: виды опасностей. Движение по маршруту, график движения. Правила преодоления естественных препятствий. Обеспечение безопасности при переправах через водные препятствия. Правила разведения костра. Правила поведения туриста, если он отстал от группы. Сигналы бедствия. Туризм и экология окружающей среды. Обеспечение безопасности в водном туристском походе. Снаряжение для водного туризма. Правила безопасного поведения на воде. Узлы в туристском походе.

**Когда человек сам себе враг** Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания, употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Причины приобщения подростка к курению. Негативное влияние курения на организм подростка. Физическое состояние подростка курильщика. Алкоголь — разрушитель личности: воздействие алкоголя на организм человека. Отравление алкоголем. Наркотики — яд. Влияние наркотиков на организм: распад личности человека под влиянием наркотиков. Токсикомания — страшная зависимость. Детская игромания — болезненное состояние, которое отражает неуправляемую зависимость человека от процесса игры, неоправданное желание с её помощью устранить свои проблемы. Самовоспитание: предупреждение привыкания к компьютерным играм.

**Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера** Что такое чрезвычайная ситуация: основные понятия. Классификация чрезвычайных ситуаций (ЧС), их характер и особенности. Система оповещения в ЧС, общие правила эвакуации. Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них. Характеристика наиболее распространённых и опасных ЧС. Геофизические чрезвычайные ситуации: землетрясение как геофизическое природное явление; наводнения, природные пожары, извержения вулкана, цунами, сели, оползни и др. Предвестники природных ЧС. Поведение во время природных ЧС. Чрезвычайные ситуации биологического происхождения и защита от них: эпидемии, энзоотии, эпизоотии (без обязательного усвоения термина). Пути заражения. Способы предупреждения заражения. Чрезвычайные ситуации техногенного характера: причины и виды. Безопасное поведение в техногенных ЧС.

**Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации** Экстремизм и терроризм. Крайние проявления экстремизма. Проявления терроризма. Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму. Государственные мероприятия по борьбе с экстремизмом и терроризмом. Пути снижения угрозы теракта. Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения), при обнаружении неизвестного предмета. Поведение во время взрыва в местах скопления людей, в жилом доме.

**Медицинские знания и умения** Условия репродуктивного здоровья: гигиена, знание своего организма, риски старшего подросткового возраста. Правильное питание. Продукты, содержащие кальций. Ценность употребления витамина С. Диета: «за» и «против». Ожоги. Первая помощь при ожогах. Действия при отравлении угарным газом, химическими веществами, ядохимикатами. Первая помощь при электротравмах. Переломы. Правила поведения при подозрении на перелом, первая доврачебная помощь. Соблюдение осторожности и внимательности при оказании помощи. Телесные повреждения при ДТП. Виды кровотечений и первая помощь пострадавшему. Растения, опасные для туриста. Первая помощь при отравлении. Курение и его влияние на организм. Первая помощь при отравлении алкоголем. Наркотики: губительное воздействие на организм. Запрещённые в России наркотические и психотропные вещества. Внешние проявления токсикомании. Первая помощь при травмах различной степени тяжести, при отравлении химическими



веществами. Что нужно знать о гриппе, других эпидемиях. Заболевания животных, опасные для человека. Чрезвычайные ситуации на гидротехнических сооружениях. Последствия аварий на гидротехнических сооружениях и правила поведения во время ЧС. Первая помощь при ранениях, вызванных взрывами.

**Практические работы** Навыки работы с документами: понятие «чрезвычайная ситуация», виды ЧС. Самооценка: развитие волевых качеств. Источники шума в современной городской квартире. Аварийная посадка самолёта. Распределение снаряжения между участниками турпохода. График движения по туристскому маршруту. Освоение разных типов узлов. Навыки работы с документами: Федеральный закон «Об охране здоровья граждан от воздействия окружающего табачного дыма и последствий потребления табака». Водоохранные зоны и прибрежные защитные полосы. Первая помощь при кровотечениях. Навыки работы с документами: Федеральные законы «О противодействии экстремистской деятельности», «О противодействии терроризму». Ознакомление с устройством и порядком использования огнетушителей. Психологическая готовность к встрече с преступником. Использование подручных средств самообороны. Линия поведения в чрезвычайных ситуациях.

**Проектная деятельность** Примерные темы проектов: «Программа закаливания», «Витамины — это жизнь», «Медиасреда — не навреди!», «Опасные игры», «Растения и грибы таят опасность», «Безопасное поведение на природе», «История великих кораблекрушений», «Правила поведения при чрезвычайных ситуациях на корабле», «Как укрыться от непогоды», «Отношение к пьянству в России», «Мифы о пьянстве на Руси», «Отражение темы пьянства в карикатуре»; «Наркотикам — нет!», «Как смягчить последствия природных ЧС?», «Техногенные катастрофы», «Самые опасные заболевания, принимающие форму эпидемии: чума («чёрная смерть»), холера, грипп, тиф, сибирская язва», «Служба в Вооружённых Силах — почётная обязанность гражданина России».

### 3. Тематическое планирование

7 класс

Разделы программы	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности учащихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
Туристский поход	19	Значение туризма в жизни человека	1	<p>Конструировать план многодневного туристского похода. Практическая деятельность: собирать снаряжение к походу, правильно выбирать спортивную одежду и обувь; определять режим дня, режим питания и меню. Совместная деятельность в группах: анализировать текстовую и иллюстративную информацию. Конструировать таблицы, схемы, диаграммы. Аналитическая деятельность: оценивать ситуации, отражающие поведение туристов, возникновение неожиданных, чрезвычайных ситуаций. Коммуникативная деятельность: участвовать в учебном диалоге (формулировать собственное мнение, выстраивать реплики, дополнения, уточнения высказываний участников); выстраивать монологическое высказывание. Регулятивная деятельность: овладевать навыками самоконтроля и самооценки поведения</p>	1, 2, 3, 4, 5, 7, 8
		Туризм — способ укрепления здоровья и эмоционального благополучия человека.	1		
		История туризма в мире и в нашей стране	1		
		Тематика и цели туризма	1		
		Общие правила организации туристского похода.	1		
		Подготовка к походу: требования к снаряжению	1		
		Одежда и обувь для турпохода. Личные вещи в походе	1		
		Особенности продуктов питания, которые берутся в поход.	1		
		Виды рюкзаков. Правила упаковки рюкзака	1		
		Спальный мешок.	1		
		Режим дня в однодневном и многодневном походе	1		
		Сочетание передвижения и отдыха.	1		
		Правила организации ночлега, отдыха, передвижения. Режим питания в турпоходе.	1		
Характеристика чрезвычайных и неожиданных ситуаций, их предвидение и ликвидация возможных причин.	1				

		Первая помощь при болезнях, травмах. Аптечка туриста. Записная медицинская книжка туриста.	1		
		Полезные для туриста лекарственные растения.	1		
		Предупреждение возможных случаев отравления грибами и ягодами.	1		
		Меры безопасности при пользовании водой из природных водоёмов.	1		
		Первая помощь при отравлении, простуде, ожоге, укусе насекомых и змей	1		
<b>Когда человек сам себе враг</b>	15	Причины возникновения вредных привычек.	1	Коммуникативная деятельность: участвовать в обсуждении проблемы вредных привычек; участвовать в диалоге с врачами — профессионалами в лечении алкогольной зависимости. Аналитическая деятельность: оценивать информацию, представленную в текстовом и иллюстративном виде. Рефлексивная деятельность: оценивать своё отношение к вредным привычкам	1, 2, 3, 4, 5, 7, 8
		При каких обстоятельствах человек сам себе враг.	1		
		Вред алкоголя для организма подростка, его здоровья и самочувствия	1		
		Отрицательное влияние алкоголя на умственное развитие и успешность обучения школьника	1		
		Истоки традиционного отношения русского народа к злоупотреблению алкоголем	1		
		«Мода» на курение среди молодёжи	1		
		Медицинские исследования о вреде курения на растущий организм.	1		
		Самовоспитание: противодействие желанию закурить	1		
		Заболевания, вызванные отсутствием гигиены	1		
		Правила закаливания	1		
		Первая помощь при отравлении газом	1		
		Первая помощь при подозрении на переломы и вывихи	1		
		Способы снятия усталости	1		
		Оказание первой помощи при солнечном ударе, утоплении, судороге	1		
Лечение ожогов в туристском походе	1				

## 8 класс

Разделы программы	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности учащихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
Введение. Почему это нужно знать?	2	Почему человеку необходимы знания о безопасности жизни? Задачи предмета ОБЖ.	1	Коммуникативная деятельность: объяснять и соблюдать правила участия в диалоге. Работа с информацией: соотносить текстовую и иллюстративную информацию. Аналитическая деятельность: оценивать информацию, представленную в разных формах; характеризовать понятия: чрезвычайная ситуация, безопасная жизнедеятельность	1, 2, 3, 4, 5, 7, 8
		Что такое чрезвычайная ситуация, классификация чрезвычайных ситуаций. При каких условиях можно избежать или уменьшить отрицательные последствия чрезвычайных ситуаций?	1		
Современная семья как институт воспитания	4	Типы современной семьи. Функции семьи. Условия благополучия в семье.	1	Коммуникативная деятельность: участвовать в диалоге (современная семья и её особенности); характеризовать функции семьи. Работа с информацией: соотносить текстовую и иллюстративную информацию. Аналитическая деятельность: оценивать полученную информацию по теме урока; работа с документами: Конвенция о правах ребёнка; сообщения на темы «Может ли любовь навредить?», «Когда слово излечивает?», «Рядом с ребёнком или вместе с ним?»	1, 2, 3, 4, 5, 7, 8
		Демократический стиль взаимоотношений в семье, уважение к личности ребёнка. Семья и здоровье детей.	1		
		Социальные (общественные) институты и организации, участвующие в охране жизни и здоровья граждан.	1		
		Репродуктивное здоровье	1		
Здоровый образ жизни	4	Что такое здоровье? Физическое здоровье и условия его сохранения.	1		1, 2, 3, 4, 5, 7, 8
		Психическое здоровье человека.	1		
		Эмоциональное благополучие и здоровье человека.	1		

		Условия сохранения здоровья	1		
Человек и окружающая среда	4	Неблагополучная экологическая ситуация и зоны риска.	1	Деятельность восприятия: человек и мир звуков (влияние городской экологии на здоровье органов чувств). Наблюдать в природе результаты хозяйственной деятельности людей. Исследовательская деятельность: оценить качество воды, воздуха, почвы. Аналитическая и коммуникативная деятельность: обобщать результаты наблюдений и исследований, формулировать выводы. Совместная деятельность: разъяснять правила взаимодействия при парной (групповой) работе. Проектная деятельность: определить уровень экологического благополучия родного края	
		Факторы неблагоприятной экологической обстановки.	1		
		Негативное влияние хозяйственной деятельности человека (загрязнение воды, воздуха, почвы)	1		
		Человек и мир звуков: влияние городской экологии на здоровье органов чувств.	1		
Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни	6	Чрезвычайные ситуации в быту. Правила пользования электроприборами	1	Аналитическая деятельность: анализировать причины чрезвычайных ситуаций в быту. Коммуникативная деятельность: формулировать обобщения и выводы по теме уроков. Практическая деятельность: подготовить памятки на случай непредвиденных ситуаций; о приёмах первой медицинской помощи в чрезвычайных бытовых ситуациях. Рефлексивная деятельность: последовательно оценивать свои действия в различных бытовых ситуациях.	1, 2, 3, 4, 5, 7, 8
		Причины и последствия пожара	1		
		Правила пожарной безопасности. Правила поведения при пожаре.	1		
		Первичные средства пожаротушения. Меры безопасности при пользовании пиротехникой.	1		
		Безопасность при использовании бытового газа, предметов бытовой химии.	1		
		Правила поведения при заливе квартиры.	1		

				Проектная деятельность: по материалам изученной темы	
Разумная предосторожность	4	Предвидение опасностей при выборе места отдыха.	1	Аналитическая коммуникативная деятельность: предложить гипотезу о возможных последствиях своего поведения, формулировать правила поведения в ЧС. Рефлексивная деятельность: контролировать свои действия и поведение в потенциально опасных ситуациях. Практическая деятельность: разыграть ролевое поведение при нападении	1, 2, 3, 4, 5, 7, 8
		Поведение на улицах населённого пункта.	1		
		«Опасное» время суток. Правила поведения при нападении	1		
		Меры предосторожности в лифте и на лестнице.	1		
Опасные игры	3	Неразорвавшиеся боеприпасы.	1	Аналитическая коммуникативная деятельность: предложить высказывание о последствиях непродуманных поступков; соотносить текстовую и иллюстративную информацию; формулировать обобщение и выводы. Рефлексивная деятельность: обсуждать последствия экстремальных видов спорта и занятий; определять своё отношение к ним. Проектная деятельность: по материалам изученной темы	1, 2, 3, 4, 5, 7, 8
		Экстремальные виды спорта и развлечений.	1		
		Способность предвидеть последствия своего поведения, умение справиться с эмоциями при выборе занятий и развлечений	1		
Современный транспорт и безопасность	7	ЧС на дорогах.	1	Аналитическая деятельность: давать оценку причин различных ЧС; сравнивать потенциально опасные ситуации на транспорте. Коммуникативная деятельность: формулировать правила поведения на транспорте; составлять	1, 2, 3, 4, 5, 7, 8
		Причины и последствия ДТП.	1		
		Нарушение правил дорожного движения — основная причина возникновения опасных ситуаций.	1		

Правила поведения велосипедистов и других участников дорожного движения.	1	выводы по материалам уроков. Практическая деятельность: предложить план	
Поведение в метро.	1	своего поведения в авиасалоне. Разыграть ролевое поведение участника ЧС.	
Авиакатастрофы.	1	Рефлексивная деятельность: выработать	
Железнодорожные катастрофы. Опасные игры на железной дороге	1	отношение к опасным видам занятий на дорогах, на транспорте. Совместная деятельность (в парах, группах): составить правила взаимодействия	

9 класс

Разделы программы	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности учащихся (на уровне универсальных учебных действий)	Основные направления воспитательной деятельности
Безопасный отдых и туризм	10	Виды туризма.	1	<p>Аналитическая деятельность: анализировать причины возникающих в походе трудностей; классифицировать объективные и субъективные трудности.</p> <p>Коммуникативная деятельность: формулировать правила поведения в турпоходе; участвовать в диалоге, соблюдать культуру речевого взаимодействия.</p> <p>Практическая деятельность: определять необходимое снаряжение для похода, режим дня туриста; перечислять правила разведения костра; овладевать навыками вязки узлов; подачи сигналов бедствия.</p> <p>Рефлексивная деятельность: оценить ситуацию при отставании от группы, планировать свои действия.</p> <p>Совместная деятельность (в парах, группах): составлять правила взаимодействия</p>	1, 2, 3, 4, 5, 7, 8
		Групповое снаряжение.	1		
		Правила безопасности в туристском походе (пешем, водном).	1		
		Сигналы бедствия	1		
		Обеспечение безопасности в туристских походах: виды опасностей	1		
		Движение по маршруту, график движения	1		
		Правила преодоления естественных препятствий.	1		
		Правила разведения костра. Правила поведения туриста, если он отстал от группы.	1		
		Туризм и экология окружающей среды.	1		
Узлы в туристском походе	1				
Когда человек сам себе враг	5	Причины приобщения подростка к курению.	1	<p>Исследовательская деятельность: оценить статистическую информацию — влияние вредных привычек на человека.</p> <p>Коммуникативная деятельность: участвовать в</p>	1, 2, 3, 4, 5, 7, 8
		Негативное влияние курения на организм подростка.	1		



		Физическое состояние подростка курильщика.	1	<p>дискуссии: характеристика понятия «распад личности»; конструировать обобщение по теме и формулировать вывод. Рефлексивная деятельность: заниматься самовоспитанием (предупреждение курения, принятия алкоголя, привыкания к компьютерным играм). Проектная деятельность: по материалам темы</p>	
		Алкоголь — разрушитель личности. Отравление алкоголем.	1		
		Наркотики — яд. Их влияние на организм: распад личности человека под влиянием наркотиков	1		
<b>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера</b>	12	Основные понятия, обсуждаемые в теме.,	1	<p>Аналитическая и коммуникативная деятельность: выделять особенности разных ЧС, классифицировать их, описывать разные виды. Работа с информацией: классификация видов ЧС, правила безопасного поведения с учётом опасной ситуации. Характеризовать разные виды ЧС. Рефлексивная деятельность: составлять пошаговое планирование действий в ЧС. Совместная деятельность (в парах, группах): оценить свой вклад в результат совместной деятельности. Практическая деятельность: овладевать навыками оказания первой помощи в ЧС; разъяснять порядок использования огнетушителей. Проектная деятельность: по темам уроков</p>	1, 2, 3, 4, 5, 7, 8
		Классификация чрезвычайных ситуаций, их особенности.	1		
		Система оповещения в ЧС	1		
		Общие правила при эвакуации	1		
		Характеристика природных ЧС	1		
		Поведение во время природных ЧС.	1		
		Характеристика геофизических ЧС	1		
		Поведение во время геофизических ЧС.	1		
		Характеристика биологических ЧС	1		
		Поведение во время биологических ЧС.	1		
		Характеристика техногенных ЧС	1		
		Безопасное поведение в техногенных ЧС.	1		
<b>Чрезвычайные ситуации социального</b>	7	Национальная безопасность Российской	1	<p>Аналитическая и коммуникативная деятельность:</p>	1, 2, 3, 4, 5, 7, 8

характера		Федерации.		овладевать навыками работы с документами (законы Российской Федерации); анализировать информацию о противодействии экстремизму и терроризму. Практическая работа: планировать линию поведения в ЧС социального характера. Рефлексивная деятельность: предположить возможность предсказания действий участников ЧС, отработать приёмы развития психологической готовности к ЧС. Проектная деятельность: по темам уроков
		Экстремизм. Крайние проявления экстремизма	1	
		Терроризм. Проявления терроризма	1	
		Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму.	1	
		Поведение подростка в ситуациях проявления терроризма	1	
		Личная безопасность при похищении или захвате в заложники, при обнаружении неизвестного предмета.	1	
		Поведение во время взрыва в местах скопления людей, в жилом доме.	1	

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания  
методического объединения  
учителей физической культуры и  
ОБЖ СОШ № 13 им. Ф.И.

Фоменко

от \_\_\_\_\_ 2021 года № 1

\_\_\_\_\_ подпись руководителя МО \_\_\_\_\_ Ф.И.О.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УМР

\_\_\_\_\_ подпись \_\_\_\_\_ Ф.И.О.  
\_\_\_\_\_ 20\_\_ года