

**Адаптированная рабочая программа по учебному предмету
«Основы безопасности жизнедеятельности»
для обучающихся с задержкой психического развития
5-9 класс**

Задачи преподавания ОБЖ обучающимся с ЗПР максимально приближены к задачам, поставленным перед общеобразовательной школой, и учитывают специфические особенности учеников:

Процесс обучения школьников с ЗПР имеет коррекционно-развивающий характер, что выражается в использовании заданий направленных на коррекцию имеющихся у учащихся недостатков и опирается на субъективный опыт учащихся, связь изучаемого материала с реальной жизнью.

Отбор материала выполнен на основе принципа минимального числа вводимых специфических понятий, которые будут использоваться.

Учебный материал отобран таким образом, чтобы можно было объяснить на доступном для обучающихся уровне.

Ввиду психологических особенностей обучающихся с ЗПР, с целью усиления практической направленности обучения проводится коррекционная работа, которая включает следующие направления:

Коррекция отдельных сторон психической деятельности:

коррекция -развитие памяти; коррекция - развитие внимания.

Развитие различных видов мышления: развитие наглядно-образного мышления; развитие словесно-логического мышления (умение видеть и устанавливать логические связи между предметами, явлениями и событиями).

Развитие основных мыслительных операций: развитие умения сравнивать, анализировать; развивать умения находить сходство и различие понятий; умение работать по словесной и письменной инструкциям, алгоритму; умение планировать деятельность.

Коррекция нарушений в развитии эмоционально-личностной сферы: развитие инициативности, стремления доводить начатое дело до конца; формирование умения преодолевать трудности; воспитание самостоятельности принятия решения; формирование адекватности чувств; формирование устойчивой и адекватной самооценки; формирование умения анализировать свою деятельность; воспитание правильного отношения к критике.

Коррекция-развитие речи: развитие фонематического восприятия; коррекция нарушений устной и письменной речи; коррекция монологической речи;

коррекция диалогической речи; развитие лексико-грамматических средств языка.

Расширение представлений об окружающем мире и обогащение словаря.

Личностные, метапредметные, предметные результаты освоения курса

Личностные результаты:

У ученика будет сформированы

- осознание важности здорового образа жизни;
- соблюдение правил здорового образа жизни;
- соблюдение правил безопасности в быту, в школе, на прогулках;
- способность оценивать своё поведение в разных жизненных ситуациях точки зрения безопасности;
- способность предвидеть опасные ситуации и избегать их;
- готовность к преодолению опасных ситуаций в случае их неизбежности.

Метапредметные результаты:

Ученик научится

- анализировать ситуации, влияющие положительно и отрицательно на самочувствие и здоровье человека;
- сравнивать примеры опасного и безопасного поведения;
- планировать и организовывать свою жизнедеятельность с учётом безопасности;
- обобщать изученный материал, формулировать выводы о возможных причинах возникновения опасных ситуаций.

Предметные результаты:

5-6 класс

Ученик научится

- беречь и сохранять свое здоровье как индивидуальную и общественную ценность;
- следовать правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- сохранять природу и окружающую среду для полноценной жизни человека

7-8 класс

Ученик научится

- безопасному поведению в повседневной жизнедеятельности;
- понимать личную и общественную значимость современной культуры безопасности жизнедеятельности, ценности гражданского общества, в том числе гражданскую идентичности и правовое поведение;
- беречь и сохранять свое здоровье как индивидуальную и общественную ценность;
- правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- сохранять природу и окружающую среду для полноценной жизни человека;
- оказывать первую помощь пострадавшим;
- использовать средства индивидуальной и коллективной защиты.

9 класс

Выпускник научится:

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;

- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;

- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

Содержание учебного предмета ОБЖ , 5 класс

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.

Мой безопасный дом

Безопасный дом. Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры и мытья посуды. Животные и насекомые, распространяющие

инфекцию (мыши, 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.

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

Проектная деятельность по теме «Органы чувств человека».

Содержание учебного предмета ОБЖ , 6 класс

Содержание курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

Введение

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».

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

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 «Курить — здоровью вредить», «Экскурсия в природу»

Содержание учебного предмета ОБЖ, 7 класс

Введение. Основы безопасности жизнедеятельности.

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

Здоровый образ жизни. Что это?

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

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

Питание и болезни. Диета.

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

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

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

Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни

Пожар — чрезвычайная ситуация. Причины пожаров. Поражающие факторы пожара. Правила пожарной безопасности. Безопасность во время праздничных фейерверков.

Организация эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения. Помощь при ожогах.

Залив жилища. Причины заливов помещений. Правила поведения при заливах.

Электричество при неправильном использовании может быть опасным. Правила пользования электроприборами. Оценка обстановки при электротравмах, первая помощь. Правила пользования газовыми приборами. Первая помощь при отравлении бытовым газом. Правила безопасности при пользовании бытовой химией.

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

Подручные средства самообороны.

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

Итоговое контрольное тестирование

Итоговое повторение и обобщение

Содержание учебного предмета ОБЖ , 8 класс

Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе

Ядовитые растения нашей местности, их влияния на здоровье человека. Правила сбора грибов, которые помогут избежать отравления. Поведение в лесу при встречах с опасными животными. Гроза в лесу.

Водоём зимой и летом. Причины возникновения опасных ситуаций на воде. Действия в неожиданных ситуациях. Выполнение правил поведения при купании. Умения отдыхать на воде. Правила катания на лодке. Помощь утопающему.

Приёмы проведения искусственного дыхания. Правила поведения на льду.

Современный транспорт и безопасность

Транспорт в современном мире. Виды транспортных средств. Негативное воздействие транспорта на природу.

Чрезвычайные ситуации на дорогах. Причины и последствия дорожно - транспортных происшествий, поведение их участников, помощь пострадавшим.

Метро — транспорт повышенной опасности. Возможные опасные ситуации, связанные с метро. Правила поведения в метро.

Правила поведения пассажиров на борту авиалайнера. Нестандартные ситуации во время полёта.

Меры предосторожности при ухудшении самочувствия во время полёта.

Особенность железнодорожного транспорта. Правила поведения при крушении поезда, при возникновении в вагоне пожара.

Безопасный туризм

Виды активного туризма: пеший, водный, лыжный, горный, конный, парусный, вело-, спелео-, авто-, мото- и другие опасности, подстерегающие туриста.

Обязанности туриста в туристской группе. Зависимость безопасности в туристском походе от подготовленности каждого туриста и всей туристской группы. Объективные трудности турпохода. Субъективные трудности турпохода. Движение по туристскому маршруту. Правила безопасности в туристском походе. Преодоление естественных препятствий. Рациональное распределение группового снаряжения между участниками похода. Требования к составлению графика движения туристской группы. Туризм и экология окружающей среды. Обеспечение безопасности при переправах через реки. Способы переправы через водотоки (реки): «вброд», «на плавсредствах», «над водой», «вплавь», «по льду». Алгоритм проведения разведки перед преодолением естественного препятствия. Распределение ролей между участниками похода при организации переправ.

Если турист отстал от группы... Алгоритм (правила) обеспечения собственной безопасности туриста, который оказался в лесу один (отстал от группы). Состав

индивидуального аварийного набора туриста. Действия туристской группы в ЧС по организации поиска туриста, отставшего от группы. Основные правила безопасности при выборе места для организации бивуака туристской группы.

Требования безопасности к бивуаку туристской группы при организации вынужденной остановки на ночлег. Типы костров, используемых в туризме, и их назначение. Правила разведения костров.

Подготовка к водному туристскому походу. Правила безопасного поведения в водном походе. Требования к специальному личному туристскому снаряжению в водном походе. Правила безопасности в путешествиях с использованием плавсредств.

Узлы в туристском походе. Функции, свойства и особенности узлов, используемых туристами в путешествиях. Требования к узлам, продиктованные практикой их применения в походных условиях. Положительные качества и недостатки разных видов узлов, используемых в походах.

Итоговое контрольное тестирование

Итоговое повторение и обобщение

Содержание учебного предмета ОБЖ, 9 класс

Когда человек сам себе враг

Почему курят подростки? Чем опасен сигаретный дым? Влияние курения на растущий организм.

Алкоголь и здоровье. Отношение школьников к употреблению спиртных напитков.

Воздействие алкоголя на организм человека. Психологическая готовность к неприятию алкоголя. Первая помощь при отравлении алкоголем.

Что такое наркотики и наркомания? Воздействие наркотиков на организм человека. Токсикомания

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

Определение чрезвычайной ситуации. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

Классификация чрезвычайных ситуаций. Система оповещения. Общие правила эвакуации.

Что такое землетрясение. Степень воздействия сейсмических волн.

Прогнозирование землетрясений. Признаки землетрясения. Правила поведения во время землетрясения. Извержение вулкана — грозное стихийное явление.

Признаки начала извержения. Поведение во время извержения вулкана.

Что такое сели и оползни. Причины их образования. Поведение при угрозе схода селей, снежных лавин и оползней.

Что такое ураганы, бури, смерчи, цунами, чем они опасны. Поведение при угрозе их приближения.

Причины возникновения наводнений. Меры по предупреждению последствий наводнений. Эвакуация перед наводнением и во время его. Действия перед наводнением и при наводнении.

Природные пожары, их причины. Виды лесных пожаров. Действия при лесном пожаре.

Причины и виды техногенных ЧС. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения. Аварии с утечкой химических и радиоактивных веществ.

Аварии на гидродинамических объектах. Правила поведения при авариях различного вида.

Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации.

Что такое экстремизм и терроризм. Правила поведения во время взрыва и после него. Взятие в заложники и правила поведения в этом случае.

Государственная политика противодействия экстремизму и терроризму в России.

Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму.

Особенности проведения спецопераций. Что такое национальная безопасность Российской Федерации. Условия обеспечения национальной безопасности в Российской Федерации

Итоговое контрольное тестирование

Итоговое повторение и обобщение

Тематическое планирование

5 класс

№	Тема урока
1	Почему нужно изучать предмет «ОБЖ». Правила техники безопасности на уроке ОБЖ.
Раздел «Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя» (17 часов)	
2	Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя.
3	Что такое здоровый образ жизни.
4	Организм человека и его безопасность.
5	За что «отвечают» системы органов.
6	Укрепляем нервную систему.
7	Тренируем сердце.
8	Развиваем дыхательную систему.
9	Питаемся правильно. Режим питания.
10	Способы очищения воды.
11	Здоровье органов чувств. Гимнастика для глаз.
12	Как сохранить зрение.
13	Организм человека и его здоровье.
14	<i>Контрольная работа</i> «Организм человека и его безопасность».
15	Что влияет на здоровье. Чистота залог здоровья.
16	Движение-это жизнь. Поговорим о закаливании.
17	Компьютер и здоровье. Правила безопасного пользования компьютером.
18	<i>Контрольная работа</i> «Как вести ЗОЖ»
Раздел «Мой безопасный дом» (2 часа)	
19	Наводим в доме чистоту.
20	Дела домашние: техника безопасности.
Раздел «Школьная жизнь» (10 часов)	
21	Безопасная дорога в школу.
22	Пешеходы и пассажиры-участники дорожного движения.
23	Дорожное движение в населенном пункте.
24	Дорожные правила для пешеходов.
25	<i>Контрольная работа</i> «Выбор пути: безопасная дорога в школу».
26	Правила поведения в школе. Поведение, которое приводит к беде.
27	Заболевший в школе.
28	Если в школе пожар. Правила поведения при пожаре.
29	Первая помощь при отравлении угарным газом.
30	<i>Контрольная работа</i> «Правила поведения в школе»
Раздел «На игровой площадке» (5 часов)	
31	Правила поведения на игровой площадке.
32	Правила езды на велосипеде для подростков.
33	Правила поведения в дни летних каникул.
34	Первая доврачебная помощь при травмах.
35	<i>Итоговая контрольная работа.</i>

**Тематическое планирование
6 класс**

№	Тема урока
1	Введение. Правила ТБ на уроке ОБЖ.
Раздел «На природе» (18 часов)	
2	Что такое ориентир.
3	Ориентирование по компасу.
4	Определение сторон света по солнцу и часам.
5	Определение сторон света по Полярной звезде и местным предметам.
6	Измерение расстояний на местности.
7	Если вы заблудились в лесу.
8	<i>Контрольная работа «Умеете ли вы ориентироваться?»</i>
9	Общие правила поведения во время прогулки на природе.
10	Опасность укусов насекомых.
11	Укусы змей.
12	Как уберечься от клещей.
13	Вода таит опасности. Выбор места для купания.
14	Чтобы забава не обернулась бедой.
15	Первая помощь при судороге и солнечном ударе.
16	Алгоритм проведения непрямого массажа сердца и ИВЛ.
17	Весна! Ледоход!
18	Переправа, переправа...
19	<i>Контрольная работа «Природа полна неожиданностей».</i>
Раздел «Туристский поход: радость без неприятностей» (12 часов)	
20	Как правильно организовать туристский поход.
21	Подбираем снаряжение.
22	Рюкзак и спальный мешок.
23	Об одежде и обуви для туризма.
24	Походная аптечка.
25	<i>Контрольная работа «Перед походом»</i>
26	Режим дня в многодневном туристском походе.
27	Походная еда.
28	Способы обеззараживания воды.
29	Съедобные и несъедобные грибы. Первая доврачебная помощь при отравлении.
30	Первая помощь при ожоге.
31	<i>Контрольная работа «В походе»</i>
Раздел «Когда человек сам себе враг» (4 часа)	
32	Алкоголь наносит удар по организму.
33	Стоит ли калечить свою жизнь?
34	Курение убивает.
35	<i>Итоговая контрольная работа</i>

**Тематическое планирование
7 класс**

№	Тема урока
1	Введение. Основы безопасности жизнедеятельности. Правила ТБ на уроке ОБЖ.
Раздел «Здоровый образ жизни. Что это?» (16 часов)	
2	Окружающая среда и безопасность.

3	Зависит ли здоровье от образа жизни.
4	Физическое здоровье человека. Физкультура и здоровье.
5	О закаливании и гигиене.
6	Правила личной гигиены. Уход за волосами.
7	Правила рационального питания. Меню школьника.
8	О жирах, белках и углеводах. Режим питания.
9	Проблемы экологии питания.
10	Поговорим о диете.
11	<i>Контрольная работа «Образ жизни и здоровье».</i>
12	Психическое здоровье человека.
13	Человек и мир звуков: влияние городской экологии на здоровье.
14	Общение с компьютером.
15	Социальное здоровье человека. Общение. Учение. Интересы.
16	Репродуктивное здоровье подростков и его охрана.
17	<i>Контрольная работа «Здоровье человека».</i>
Раздел «Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни» (9 часов)	
18	Пожар. Причины и последствия. Как вести себя при пожаре. Средства пожаротушения.
19	ЧС в быту. Если произошло отравление.
20	Что делать, если квартиру заливают?
21	Опасное электричество. Правила пользования электроприборами.
22	Разумная предосторожность. Как выбрать место для отдыха?
23	Как вести себя на улице.
24	Если нападение произошло.
25	Опасные игры. Первая доврачебная помощь при ушибах и переломах.
26	<i>Контрольная работа «Безопасность в повседневной жизни»</i>
Раздел «Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе» (9 часов)	
27	Лес-это серьезно. Грибы. Растения.
28	Неожиданные встречи в лесу.
29	Если гроза застала вас в лесу.
30	Водоем зимой и летом. Опасные ситуации на воде.
31	Правила катания на лодке. Экстрим-отдых на воде.
32	Если провалился под лед.
33	Как помочь тонущему человеку.
34	Первая доврачебная помощь. Искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.
35	<i>Итоговая контрольная работа.</i>

Тематическое планирование 8 класс

№	Тема урока
1	Введение. Правила ТБ на уроках ОБЖ.
Раздел «Современный транспорт и безопасность» (12 часов)	
2	Транспорт в современном мире.
3	Транспорт-источник опасности. ДТП. Причины и последствия.
4	Нарушение правил дорожного движения – главная причина ДТП.
5	Опасные игры на дорогах.
6	Как вести себя в ДТП.
7	Первая доврачебная помощь пострадавшим при ДТП.
8	Опасные ситуации в метро.
9	Авиакатастрофы. Правила поведения на борту авиалайнера.

10	Пожар на борту самолета.
11	Железнодорожные катастрофы.
12	Зацепинг-опасная игра.
13	<i>Контрольная работа «Безопасность на транспорте»</i>
Раздел «Безопасный туризм» (14 часов)	
14	Обеспечение безопасности в туристских походах.
15	Туризм-это отдых, связанный с преодолением трудностей.
16	Групповое снаряжение походной туристской группы.
17	Движение по туристскому маршруту.
18	График движения. Правила составления.
19	Преодоление естественных препятствий.
20	Обеспечение безопасности при переправах через реки.
21	Обеспечение безопасности при выборе места бивуака.
22	Если турист отстал от группы.
23	Туризм и экология окружающей среды.
24	Подготовка к водному туристскому походу.
25	Правила безопасного проведения водного похода.
26	Узлы в туристском походе. Правила вязания разных видов узлов.
27	<i>Контрольная работа «Обеспечение безопасности в походе».</i>
Раздел « Когда человек сам себе враг» (8 часов)	
28	Курение убивает!
29	Охрана здоровья граждан от воздействия табачного дыма и последствий потребления табака.
30	Алкоголь разрушает личность.
31	О воздействии алкоголя на организм человека.
32	Отравление алкоголем. Первая доврачебная помощь.
33	Скажем наркотикам «НЕТ!».
34	Токсикомания - страшная зависимость.
35	<i>Итоговая контрольная работа.</i>

Тематическое планирование 9 класс

№	Тема урока
1	Введение. Правила ТБ на уроке ОБЖ.
Раздел « ЧС и их классификация» (20 часов)	
2	Что такое ЧС. Классификация ЧС.
3	Система оповещения в ЧС.
4	Общие правила при эвакуации.
5	Природные ЧС.
6	Землетрясение.
7	Извержение вулкана.
8	Сели, оползни и обвалы.
9	Снежные лавины.
10	Ураган, буря, смерч.
11	Цунами.
12	Наводнения.
13	Природные пожары. Правила безопасного разведения костров.
14	<i>Контрольная работа « ЧС природного характера»</i>
15	ЧС техногенного характера. Причины возникновения.
16	Виды техногенных ЧС.

17	Безопасное поведение при авариях на коммунальных системах жизнеобеспечения.
18	Безопасное поведение при химических катастрофах.
19	Безопасное поведение при радиационной аварии.
20	Безопасное поведение при аварии на гидродинамическом объекте.
21	<i>Контрольная работа «ЧС техногенного характера»</i>
Раздел « ЧС социального характера. Национальная безопасность РФ» (13 часов)	
22	Что такое экстремизм?
23	Что такое терроризм?
24	Как снизить угрозу теракта. Вы обнаружили неизвестный предмет...
25	Угроза взрыва в местах массового скопления людей.
26	Если вас взяли в заложники или похитили...
27	Взрывы в жилых домах-теракты. Если взрыв все-таки произошел. Правила поведения.
28	Первая доврачебная помощь при ранах, ссадинах, переломах, ушибах.
29	<i>Контрольная работа «ЧС социального характера».</i>
30	Законодательство России о противодействии экстремизму.
31	Законодательство России о противодействии терроризму.
32	Что такое национальная безопасность?
33	Условия обеспечения национальной безопасности в России.
34	<i>Итоговая контрольная работа</i>