

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа с.п. «Село Верхняя Эконь»

«Утверждаю»

Руководитель ШМО  
*Капуста* Капустина Е. А.  
Протокол  
№ 1  
от «    »    2020г.



Заместитель директора школы по УМР  
Жукова А.И.  
от «*август*» 2020г.

**Рабочая программа**  
курса «Основы безопасности жизнедеятельности»  
под редакцией Н.Ф. Виноградовой и Д.В. Смирнова  
7-9 класс

Учитель: Юрьева А.Н.

2020-2021 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая учебная программа по ОБЖ основного общего образования составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки РФ от 17 мая 2012 года № 413, с изменениями, внесенными приказом Минобрнауки России от 29.12.2014 г. № 1645; приказом Минобрнауки России от 31.12.2015 г. № 1578.

Рабочая программа предназначена для изучения ОБЖ в основной школе (7-9 классы), соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту основного общего образования /Стандарты второго поколения / М.: «Просвещение», 2016). Программа составлена на основе примерной программы основного общего образования по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-9 классов (М.: Просвещение, 2010) и авторской программы: Основы безопасности жизнедеятельности: 7-9 классы: программа / Н. Ф. Виноградовой, Д. В. Смирнова, М.: Вентана-Граф, 2019.

## ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ИЗУЧЕНИЯ ПРЕДМЕТА

Изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) в основной школе направленно на реализацию следующей воспитательно-образовательной **цели**: расширение знаний и формирование умений подростков по организации здорового образа жизни, выбору правильного поведения в различных неординарных и чрезвычайных ситуациях.

Основными **задачами** изучения данной предметной области являются следующие:

- 1) Осознание необходимости изучения правил поведения в необычных, нестандартных и чрезвычайных ситуациях, овладения умением ориентироваться в них;
- 2) Воспитание способности к восприятию и оценке жизненных ситуаций, таящих в себе опасность, и приобретение опыта их преодоления;
- 3) Формирование представлений о причинах возникновения опасных ситуаций, правилах безопасного поведения в них;
- 4) Воспитание самоконтроля и самооценки поведения в опасных для здоровья и жизни ситуациях, развитие умения предвидеть последствия своего поведения.

## МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Базисный учебный план отводит 68 часов на изучение предмета на этапе основного общего образования:

- 7 класс – 35 часов (1 час в неделю);
- 8 класс – 35 часов (1 час в неделю);
- 9 класс – 35 часов (1 час в неделю).

УМК

Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов. Основы безопасности жизнедеятельности.7-9кл.: учебник. - М: Вентана-Граф, 2019.

## **Общая характеристика курса «Основы безопасности жизнедеятельности»**

Предлагаемый авторский курс соответствует предметной области, введённой в стандарты второго поколения (2010 г.). Его изучение направлено на реализацию следующей воспитательно-образовательной цели: расширение знаний и формирование умений подростков по организации здорового образа жизни, выбору правильного поведения в различных неординарных и чрезвычайных ситуациях.

Основными задачами изучения данной предметной области являются следующие:

- Осознание необходимости изучения правил поведения в необычных, нестандартных и чрезвычайных ситуациях, овладения умением ориентироваться в них;
- Воспитание способности к восприятию и оценке жизненных ситуаций, таящих в себе опасность, и приобретение опыта их преодоления;
- Формирование представлений о причинах возникновения опасных ситуаций, правилах безопасного поведения в них; • воспитание самоконтроля и самооценки поведения в опасных для здоровья и жизни ситуациях, развитие умения предвидеть последствия своего поведения.

При отборе содержания курса ОБЖ авторы исходили из следующих дидактических принципов.

1. Учёт требований стандарта основного общего образования по данной предметной области.
2. Актуальность для подростков обсуждаемых проблем. Например, правила поведения в домашней обстановке, на прогулках изучались в 5—6 классах, а чрезвычайные ситуации, связанные с деятельностью экстремистских организаций, террористических групп и подобными социальными явлениями, обсуждаются со старшими подростками.
3. Принцип интеграции. Весь учебный материал подчинён принципу интеграции субъективных и объективных факторов, обеспечивающих безопасность в любой чрезвычайной ситуации. Так, содержание раздела, знакомящего школьника с чрезвычайными ситуациями на дорогах и правилами дорожного движения, строится на основе рассмотрения вопросов дорожной безопасности как результата согласованной деятельности всех участников дорожного движения. Другие проблемы (здоровье человека, природные катаклизмы, криминогенные явления и пр.) Рассматриваются не только как личные, но и как общезначимые, государственные.
4. Принцип психологической обусловленности позволяет ученику быть не столько объектом, сколько субъектом образовательной деятельности. В средствах обучения, реализующих программу, много материалов, формирующих контрольно-оценочные действия учащихся, их рефлексивную позицию. Особое внимание уделено оценке здоровья человека, роли психологического фактора в его сохранении, а также

в регулировании отношений со сверстниками («Оцените себя»). В учебниках представлена рубрика «Медицинская страничка», раскрывающая организационные и психологические моменты оказания первой помощи в чрезвычайных ситуациях.

5. Практическая направленность курса. Этот принцип обеспечивает формирование конкретных умений в процессе практических занятий как на уроках, так и во вне учебной деятельности. Особое внимание уделяется реализации краеведческого принципа, который позволяет старшему подростку обучаться в процессе непосредственных наблюдений, а затем воплощать знания в продуктивной деятельности — речи, рисунках, схемах, презентациях и пр.

6. Деятельностный подход. Реализация этого принципа обеспечивает активность и самостоятельность учебной деятельности школьника. Весь методический аппарат позволяет обсуждать программные темы не на констатирующем, а на проблемном уровне (рубрики «Работа в группах», «Участвуем в проекте»). Реализация данного подхода также предполагает интеграцию содержания и форм учебно-воспитательной деятельности на уроках, во вне учебной деятельности и на занятиях в объединениях дополнительного образования.

7. Культурологический принцип даёт возможность расширить круг представлений школьников о проблемах здоровья, его укрепления и охраны. Из материалов рубрики «Для любознательных» подростки получают дополнительные сведения, которые поддерживают их интерес к изучению этого предмета, раскрывают отдельные исторические факты, связанные с проблемами охраны безопасности жизни и деятельности людей.

Программное содержание курса построено по линейно-концентрическому принципу, то есть развёртывается последовательно, постепенно усложняясь и расширяясь. В каждой теме обязательно выполняются практические задания, осуществляется проектная деятельность.

#### **Место курса в базисном учебном плане**

Обычно данный предмет изучается в 7—9 классах по одному часу в неделю: 35 часов в 7 классе, 35 часов в 8 классе и 35 часов в 9 классе. С учётом особенностей региона (природные условия, географическое положение, плотность населения, наличие промышленных объектов, представляющих потенциальную опасность, и др.) Школа может увеличить число часов по собственному усмотрению, что позволит более обстоятельно ознакомить школьников с проблемами безопасности жизнедеятельности, которые для данного региона являются особенно актуальными.

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета « Основы безопасности жизнедеятельности»**

При изучении предмета, курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной школе обеспечивается достижение личностных, метапредметных и предметных результатов.

#### **Личностные результаты:**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здо-

ровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира:
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

#### **Метапредметные результаты:**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе до-

стижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

• умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности ее решения;

• владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанною выбора в учебной и познавательной деятельности;

• умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы,

• умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

• умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

• формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

• освоение приемов действия в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;

• формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

#### **Предметные результаты:**

• формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защита личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;

- формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;

- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;

- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;

- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- умение оказать первую помощь пострадавшим;

- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;

умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.



## Содержание курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» для 7—9 классов 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 электро-травмах. 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 предосторожность. 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».

**Тематическое планирование «Основы безопасности жизнедеятельности» 7 класс. 35 часов.**

№ уро-ка, темы	Тема	Кол-во часов	Домашнее задание	Деятельность учащихся
Тема 1	Введение. Цели предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»	3		<p><u>Коммуникативная деятельность</u>: правила участия в диалоге и дискуссии, построение суждений. Работа с информацией: отбор видео- и интернет материалов и их оценка. <u>Аналитическая деятельность</u>: чтение и оценка учебных текстов для ответа на вопрос «Почему проблема здорового образа жизни волновала общество уже в древности?». Выделение главной мысли учебного текста. <u>Самооценка</u>: определение своих возможностей и способностей. <u>Конструирование понятий</u>: природные чрезвычайные ситуации, техногенные чрезвычайные ситуации. Безопасная жизнедеятельность. <u>Формулирование вывода</u>: почему нужно изучать предмет ОБЖ. <u>Расширение кругозора</u>: физическое воспитание в Спарте.</p>
1.1.	Окружающая среда и безопасность	2	Стр.4-9	
1.2.	Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ.	1	Стр.10	
Тема 2	Зависит ли здоровье от образа жизни? Физическое здоровье человека.	4		<p><u>Коммуникативная деятельность</u>: правила участия в диалоге и дискуссии: построение суждений, тезисов и антитезисов. <u>Работа с информацией</u>: отбор видео- и интернет материалов и их оценка. <u>Аналитическая деятельность</u>: чтение и оценка учебных текстов. Выделение главной мысли текста. Высказывание версий о смысле</p>
2.1.	Что такое здоровый образ жизни. Слагаемые здоровья. Что такое физическое здоровье.	1	Стр. 12-15	
2.2.	Значение физической культуры для здоровья человека.	1	Стр.15-17	

2.3.	Закаливание как способ тренировки организма.	1	Стр.18-21	пословиц и поговорок. <u>Конструктивная деятельность</u> : построение схем «Здоровье человека», «Физическое здоровье человека». <u>Аналитическая деятельность</u> : создание памятки «Правила закаливания». <u>Рефлексивная деятельность</u> : оценка своего физического развития. <u>Расширение кругозора</u> : русская баня и здоровье, польза закаливания.
2.4.	Правила личной гигиены	1	Стр.21-22	
Тема 3	Правильное питание	3		<u>Коммуникативная деятельность</u> : правила участия в диалоге; конструирование суждений и доказательств. <u>Практическая деятельность</u> : анализ «пищевой пирамиды», составление меню ученика 7 класса на день. <u>Конструирование вывода</u> на основе анализа иллюстративного материала, схем и таблиц учебника. Чтение информации, представленной в диаграмме и таблицах. <u>Аналитическая деятельность</u> : работа с информацией, представленной в таблице и иллюстрациях. <u>Расширение кругозора</u> : чемпион среди круп по содержанию белков. Благотворное влияние зеленого чая.
3.1.	Правила рационального питания, позволяющие поддерживать здоровье.	1	Стр.23, 29	
3.2.	Белки – строительный материал для организма. Углеводы и жиры – источники энергии.	1	Стр.24-25 Стр.26-28	
3.3.	Продукты питания как экологический фактор. Питание и болезни. Диета.	1	Стр. 30-39. Повторить конспект., 1. Найти продукт, в составе которого содержатся пищевые добавки уровня опасности выше среднего, сфотографировать этикетку и рассказать о находке классу, 2. Используя Сеть-интернет, выяснить, как определяется энергетическая ценность продуктов и сколько калорий требуется человеку в день.	
Тема 4	Психическое здоровье человека.	3		<u>Конструирование</u> : характеристика понятия «психическое здоровье человека». <u>Практическая деятельность</u> : построение суждений, доказательств, пояснений. <u>Сравнение и дифференциация</u> : ложное и истинное суждение. <u>Деятельность в коллективе</u> : правила совместной деятельности.
4.1.	Психическое здоровье –эмоциональное благополучие человека.	1	Стр. 40-45. Повторить конспект	
4.2.	Компьютер и здоровье.	1	Стр. 45-47. Повторить конспект, Создать памятку "Охрана жилища от шумов", Определить возможные источники	

			шума в своей квартире	
4.3.	Правила безопасного пользования компьютером.	1	Стр. 48-49. Повторить конспект.	
Тема 5	Социальное здоровье человека.	3		<u>Аналитическая деятельность</u> : оценка информации, представленной в тексте. <u>Рефлексивная деятельность</u> : самооценка умений общаться, самоанализ учебной деятельности. <u>Коммуникативная деятельность</u> : конструирование суждений, выбор и объяснение ответа (из представленных альтернативных). <u>Расширение кругозора</u> : дети-маугли.
5.1.	Человек – социальное существо, член общества.	1	Стр. 50-51. Повторить конспект.	
5.2.	Общение – ценная деятельность человека. Круг интересов.	2	Стр. 52-58. Повторить конспект, Проект по темам: "Одиночество - путь к социальному нездоровью человека"; "Наши предложения: как улучшить психическое здоровье человека"; "Медиасреда, не навреди!".	
Тема 6	Репродуктивное здоровье подростков и его охрана	2		<u>Коммуникативная деятельность</u> : построение суждений, подбор доказательств. <u>Аналитическая деятельность</u> : оценка информации, представленной в тексте; составление плана ответа на вопрос «Особенности развития мальчиков и девочек»
6.1.	Репродуктивное здоровье – способность человека к воспроизведению.	1	Стр. 58-59. Повторить конспект.	
6.2.	Подготовка организма к деторождению. Подростковый возраст	1	Стр.60-62. Повторить конспект.	
Тема 7	Как вести себя при пожаре. Чрезвычайные ситуации в быту.	9		<u>Аналитическая деятельность</u> : составление памятки «причины пожаров (по иллюстративному материалу). Чтение информации, представленной на схеме. <u>Моделирование</u> бытовых пожароопасных ситуаций. <u>Практическая игровая деятельность</u> : «эвакуация» из горящего здания; применение средств пожаротушения; помощь при ожогах. <u>Конструирование</u> воображаемых ситуаций. <u>Коммуникативная деятельность</u> : участие в диалоге, построение суждений и умозаключений.
7.1.	Пожар – чрезвычайная ситуация. Причины пожаров. Поражающие факторы пожара.	1	Стр.64-65	
7.2.	Правила безопасности. Новогодние и другие праздники. Безопасность их проведения.	1	Стр.66-67. Составить медицинскую страничку о действиях при ожогах разной степени	
7.3.	Порядок действия при возникновении пожара. Организация эвакуации из горящего здания.	1	Стр.67-69. Осмотреть собственную квартиру (дом) и составить перечень возможных причин, которые могут привести к пожару.	



7.4.	Средства пожаротушения. Первая помощь при ожогах, отравлении угарным газом.	1	Стр.69-74. Нарисовать план квартиры (дома). Отметить трубы водоснабжения и отопления (стояки), указать расположение труб с горячей и холодной водой, запорных кранов, смесителей и других устройств. Обозначить места, где могут возникнуть протечки воды.	<u>Аналитическая деятельность</u> : анализ жизненных ситуаций и текста учебника; оценка информации, представленной на схеме. <u>Практическая (игровая) деятельность</u> : разыгрывание сценок на материале «Медицинской странички». <u>Коммуникативная деятельность</u> : правила участия в дискуссиях, построении суждений и доказательств. <u>Практическая деятельность</u> : первая помощь при отравлении бытовым газом и препаратами бытовой химии.
7.5.	Залив жилища. Причины заливов помещений. Правила поведения при заливах.	1	Стр.80. Тест «Правила пожарной безопасности»	
7.6.	Электричество при неправильном использовании может быть опасным. Правила пользования электроприборами.	1	Стр.81	
7.7.	Оценка обстановки при электротравмах, первая помощь.	1	Стр.82	
7.8.	Правила пользования газовыми приборами. Первая помощь.	1	Стр.75-76	
7.9.	Правила безопасности при пользовании бытовой химией. Первая помощь при отравлении препаратами.	1	Стр.77-79	
Тема 8	Разумная предосторожность. Опасные игры.	8		
8.1.	Досуг в городе: каких мест лучше избегать. Как вести себя на улице.	1	Стр.83-87	
8.2.	Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении.	1	Стр.88-89. Перечислить в тетради подручные предметы, которые возможно использовать как средство самообороны, а также привести 3 примера их использования.	
8.3.	Подручные средства самообороны.	1	Стр.90-92. Сообщение по выбору: «Опасные игры», «Растения и грибы таят опас-	

			ности», «безопасное поведение на природе»	
8.4.	Места, где играть запрещено. Опасности, которые скрывает карьер.	1	Стр.93.	
8.5.	Экстрим в спорте.	1	Стр.94-97	
8.6.	Незорвавшиеся боеприпасы.	1	Стр.93-94. Написать в тетради и сдать правила «Как избежать опасности при увлечении сноубордингом»	
8.7.	Занятия экстремальными видами спорта	1	Стр. 94-96.	
8.8.	ПМП при переломе и транспортировка пострадавшего	1	Стр. 97-98	
	Итого	35		

**Тематическое планирование «Основы безопасности жизнедеятельности» 8 класс. 35 часов.**

<b>№ урока, темы</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Домашнее задание</b>	<b>Деятельность учащихся</b>
Тема 1	Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе.	8		<p><u>Совместная деятельность</u>: правила взаимодействия. <u>Аналитическая деятельность</u>: определение видовых особенностей ядовитых или несъедобных растений. Определение ядовитых или несъедобных грибов. <u>Коммуникативная деятельность</u>: рассказы учащихся о поведении при встрече с ядовитыми насекомыми, опасными животными. <u>Совместная деятельность</u>: правила работы в группах. <u>Аналитическая деятельность</u>: оценка информации представленной в тексте учебника, составляющие памятки для купальщика. <u>Коммуникативная деятельность</u>: правила участия в дискуссии и диалоге, конструирование суждений и умозаключений. <u>Практическая деятельность</u>: Ролевая игра: помощь тонущему, а также провалившемуся под лед. <u>Расширение кругозора</u>: ядовитые растения, мифы о грибах, опасные земноводные.</p>
1.1.	Ядовитые растения нашей местности, их влияние на здоровье человека	1	Стр.100-102. Составить паспорт к ядовитому растению (Что это за растение. Последствия после контактирования с растением снаружи и внутри. Какие части растения являются отравляющими. Медицинская страничка.)	
1.2.	Правила сбора грибов, которые помогут избежать отравления.	1	Стр.102-106	
1.3.	Поведение в лесу при встрече с опасными животными	1	Стр.106-107. Составить сообщение «Если вдруг повстречался...» (Название животного выдано в конце урока.).	
1.4.	Гроза в лесу	1	Стр.108-112. Основываясь на репродукции картины Н.Н. Дубровского «Притихло» или А.И. Куинджи «После дождя» - определить особенности грозы, как явления природы, изображенного художником.	
1.5.	Водоемы зимой и летом. Причины возникновения опасных ситуаций на воде. Действия в неожиданных ситуациях.	1	Стр.112-114	
1.6.	Выполнение правил поведения при купании. Умение отдыхать на воде. Правила купания на лодке.	1	Стр.114-116	
1.7.	Помощь утопающему. Приемы проведения	1	Стр.117-120	

	искусственного дыхания.			
1.8.	Правила поведения на льду. Оказание первой помощи.	1	Стр.121-124. Сообщение «Отдых на природе: опасности, которые нас подстерегают.».	
Тема 2	Современный туризм и безопасность	10		<u>Интеллектуальная деятельность:</u> сравнение и дифференциация видов транспорта. Анализ информации, представленной в рассказе <u>Коммуникативная деятельность:</u> конструирование гипотез, суждений, выводов. Составление памятки «Чтобы избежать наезда». <u>Аналитическая деятельность:</u> работа с информацией, представленной в таблицах, схемах, иллюстрациях. <u>Практическая деятельность (ролевая игра):</u> действия по оказанию первой помощи при кровотечениях, наложении шин. <u>Интеллектуальная деятельность:</u> выдвижение предположений, построение доказательств, анализ информации, представленной в тексте учебника. <u>Коммуникативная и рефлексивная деятельность:</u> рассказы учащихся «Мое поведение в метро», алгоритмизация поведения в условиях ЧС в метро. <u>Интеллектуальная деятельность:</u> анализ информации в рассказе учителя и тексте учебника; конструирование ошибок в поведении пассажиров авиалайнера (по иллюстрациям). <u>Рефлексивная деятельность:</u>
2.1	Транспорт в современном мире. Виды транспортных средств.	1	Стр.126-129. Повторить конспект	
2.2.	Негативное воздействие транспорта на природу	1	Стр.126-129. Повторить конспект	
2.3.	Чрезвычайные ситуации на дорогах	1	Стр.130. Повторить конспект	
2.4.	Причины и последствия транспортных происшествий. Поведение их участников Помощь пострадавшим	2	Стр.131-140. Повторить конспект. Подготовить ответы на вопросы: Что такое дорожно-транспортное происшествие. К каким тяжелым последствиям приводят ДТП. Укажите причины ДТП с участием пешеходов.	
2.5.	Метро – транспорт повышенной опасности. Возможные опасные ситуации, связанные с метро. Правила поведения в метро.	1	Стр.140-141. Повторить конспект	
2.6.	Правила поведения пассажиров на борту авиалайнера. Нестандартные ситуации во время полета.	1	Стр.141-143. Повторить конспект	
2.7.	Меры предосторожности при ухудшении самочувствия во время полета.	1	Стр.144-146. Повторить конспект	
2.8.	Особенности железнодорожного транспорта.	1	Стр.126-129. Повторить конспект.	
2.9.	Правила поведения при крушении поезда,	1	Стр.149-150. Сообщение «История круп-	

	при возникновении в вагоне пожара.		ных железнодорожных катастроф.»	самоанализ: мое состояние во время полета. <u>Практическая деятельность</u> (ролевая игра): спасательное оборудование. Алгоритмизация поведения в условиях ЧС в полете. <u>Аналитическая деятельность</u> : анализ информации учителя. <u>Коммуникативная деятельность</u> : алгоритмизация поведения во время пожара в поезде. <u>Расширение кругозора</u> : экологически безопасный транспорт, ремни безопасности, наказания за нарушения правил безопасного полета.
Тема 3	Безопасный туризм	17		
3.1.	Виды активного туризма: пеший, водный, лыжный, конный, парусный, вело-, спелео-, авто-, мото- и другие опасности, подстерегающие туриста.	1	Стр.152-155	
3.2.	Обязанности туриста в туристской группе.	2	Стр.152-155	
3.3.	Зависимость безопасности в туристском походе от подготовленности каждого туриста и всей туристской группы. Объективные и субъективные трудности турпохода	1	Стр.155-156. Составить список необходимого туристского группового снаряжения для пешего похода. Рассчитать весовые характеристики подобранного весового снаряжения из расчета на группу в 6 человек. Распределить снаряжение между участниками похода (Равный вес).	
3.4.	Движение по туристскому маршруту. Правила безопасности в туристском походе.	1	Стр.159-162	
3.5.	Рациональное распределение группового снаряжения между участниками похода. Требования к составлению графика дви-	1	Стр.163-164	

	жения туристской группы.		
3.6.	Туризм и экология окружающей среды.	1	Стр.176-178. Работа по выбору:  1. Составить план переправы. Подсказки: переправляться можно вброд, подошли к реке перед заходом солнца, берег реки неровен и каменист. Сообщение с рисунком «Как укрыться от непогоды». 2. Сообщение «Как укрыться от непогоды»
3.7.	Обеспечение безопасности при переправах через реки. Способы переправы через водотоки: «вброд», «на плавсредствах», «над водой», «вплавь», «по льду». Алгоритм переправы, преодоление естественного препятствия.	1	Стр.164-168. Составить программу поиска потерявшегося туриста и программу его действий в аварийной ситуации. (определить условия, при которых произошло отставание туриста; наметить программу для групп поиска; наметить программу поведения потерявшегося)
3.8.	Если турист отстал от группы. Алгоритм поведения туриста. Состав аварийного индивидуального набора туриста. Действия в ЧС по организации поиска туриста.	2	Стр.173-176.
3.9.	Основные правила безопасности при выборе места для организации бивака туристов, а также при организации вынужденной остановки на ночлег	2	Стр.168-172
3.10.	Типы костров, используемых в туризме, их назначение. Правила разведения костров.	1	Стр.172. В тетради, составить маршрут, программу и график движения водного похода на любом плавсредстве по выбранной вами реке в вашей местности.
3.11.	Подготовка к водному туристскому походу	1	Стр.180-182

	ду. Правила безопасного поведения в водном походе. Требования к специальному личному туристскому снаряжению в водном походе.			
3.12.	Правила безопасности в путешествиях с использованием плавсредств.	1	Стр.179-182. Дома: освоить разные виды узлов. Начертить таблицу. В таблице: наименование узла, свойства узла, область использования узла. Достаточно написать три узла.  На уроке некоторые ученики покажут на практике освоенные знания.	
3.13.	Узлы в туристском походе. Функции, свойства и особенности узлов, используемых туристами в походе, требования по безопасности.	1	Стр.182-184	
3.14.	Положительные качества и недостатки разных видов узлов, используемых в походах, а также слетах, переправах и т.д.	1	Стр.182-184	
	Итого	35		

**Тематическое планирование «Основы безопасности жизнедеятельности» 9 класс. 34 часа.**

№ урока, темы	Тема	Кол-во часов	Домашнее задание	Деятельность учащихся
Тема 1	Когда человек сам себе враг	9		
1.1.	Курение и здоровье. Почему курят подростки? Чем опасен сигаретный дым?	2	Стр.186-191. Выбрать одно из высказываний и подготовить научное обоснование его значения. (Высказывание выдается в конце урока)	<p><u>Аналитическая деятельность</u>: оценка информации, представленной в объяснениях учителя, в иллюстративном материале, схеме. <u>Рефлексивная деятельность</u>: оценка своего отношения к курению</p> <p><u>Коммуникативная деятельность</u>: правила участия в диалоге, построение суждений и умозаключений</p> <p><u>Практическая деятельность</u>: первая помощь при отравлении алкоголем.</p> <p><u>Рефлексивная деятельность</u>: мое отношение к наркотикам. <u>Аналитическая деятельность</u>: построение суждений и выводов <u>Коммуникативная деятельность</u>: участие в диалоге: «Мое отношение к наркотикам, к токсикомании»</p>
1.2.	Влияние курения на растущий организм. Законодательство о курении	1	Стр.186-191	
1.3.	Почему опасно курение электронных сигарет? Как бросить курить?	1	Стр.186-191	
1.4.	Алкоголь и здоровье. Отношение школьников к употреблению спиртных напитков. Законодательство об употреблении алкоголя	1	Стр.191-194. Подготовить краткую справку: на какие системы органов алкоголь влияет отрицательно.	
1.5.	Воздействие алкоголя на организм человека. Психологическая готовность к неприятию. Первая помощь при отравлении алкоголем.	2	Стр.194-199. Сообщение «Отношение к пьянству на Руси»; «Отражение темы пьянства в карикатуре.»	
1.6.	Наркотикам и токсикомании нет. Что такое наркотики и наркомания. Законодательство об отношении к употреблению наркотиков.	1	Стр.199-201. Сообщение «Наркотикам – нет!»	
1.7.	Воздействие наркотиков на организм человека. Токсикомания.	1	Стр.199-201	



Тема 2	Чрезвычайные ситуации природного характера, их классификация и характеристика	15		<u>Аналитическая деятельность</u> : оценка информации учителя о ЧС. Система оповещения уровня ЧС. Формулирование выводов и умозаключений.
2.1.	Чрезвычайные ситуации и их классификация. Федеральный Закон РФ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера». Классификация ЧС по масштабам, характеру возникновения.	1	Стр.204-210. Составить инструкцию «Общие правила эвакуации».	<u>Коммуникативная деятельность</u> : характеристика ЧС. Составление балльной шкалы землетрясений.
2.2.	Система оповещения о ЧС. Понятие об уровнях протекания ЧС. Природные ЧС, классификация.	1	Стр.204-210	<u>Практическая деятельность</u> : как вести себя во время землетрясений, извержений вулкана (памятка по порядку действий)
2.3.	Природные ЧС. Землетрясения. Происхождение, виды, правила поведения.	2	Стр.210-215. Сообщение «Как смягчить последствия природных ЧС?»; «Человеческий фактор – причина природных ЧС»; о каком либо опасном природном явлении	<u>Аналитическая деятельность</u> : оценка информации, построение выводов, умозаключений <u>Коммуникативная деятельность</u> : составление инструкции по порядку действий <u>Аналитическая деятельность</u> : оценка информации, построение умозаключений и выводов <u>Коммуникативная деятельность</u> : составление памятки действий при угрозе и во время ЧС
2.4.	Извержение вулкана. Признаки начала возникновения. Поведение во время извержения вулкана.	1	Стр.216-217	<u>Коммуникативная деятельность</u> : характеристика наводнений. Виды по происхождению и масштабам, последствия.
2.5.	Сели, оползни, обвалы и снежные лавины. Характеристика. Причины возникновения. Виды, правила безопасного поведения.	1	Стр.218-221	<u>Аналитическая деятельность</u> : дополнение к объяснению учителя по видам и последствиям наводнений
2.6.	Ураган, буря, смерч, цунами. Характеристика. Происхождение. Правила безопасного поведения.	1	Стр.222-226	<u>Практическая деятельность</u> : памятка по порядку действий
2.7.	Наводнения. Причины возникновения. Меры по предупреждению последствий. Порядок действий.	1	Стр.226-228	<u>Аналитическая деятельность</u> : формулирование выводов, оценка информации о природных пожарах
2.8.	Природные пожары. Характеристика пожаров. Виды. Правила безопасного поведения. Порядок действий при пожарах.	1	Стр.229-233. Медицинская страничка «первая помощь утопающему».	<u>Коммуникативная деятельность</u> : составление памятки действий в зоне природных пожаров
2.9.	Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Причины ЧС. Классификация.	1	Стр.234-236	<u>Практическая деятельность</u> : правила разведения костров

2.10.	Пожары и взрывы. Причины, последствия. Правила безопасного поведения.	1	Стр.237-238	<u>Аналитическая деятельность:</u> оценка информации учителя, обобщение знаний (составление инструкций) <u>Коммуникативная деятельность:</u> конструирование характеристики техногенных аварий и катастроф, причин, последствий. <u>Практическая деятельность:</u> составление памяток действий при различных видах техногенных авариях, катастрофах
2.11.	Аварии с выбросом АХОВ. Виды аварий и катастроф. Правила безопасного поведения.	2	Стр.239-241. Сообщение «Правила поведения в экстремальных ситуациях» (пожар, наводнение, распространение угарного газа и др.)	
2.12.	Аварии с выбросом радиоактивных веществ. Виды аварий и катастроф. Последствия. Правила безопасного поведения.	1	Стр.241-242	
2.13.	Гидродинамические аварии. Виды. Последствия. Порядок действий.	1	Стр.242. Сообщение про техногенную катастрофу, произошедшей в недавнее время.	
2.14.	Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения.	1	Стр.239	
Тема 3	Чрезвычайные ситуации социального характера. Экстремизм и терроризм.	7		<u>Аналитическая деятельность:</u> оценка фактов, информации, обобщение знаний (составление инструкций) <u>Коммуникативная деятельность:</u> составление характеристики понятий «экстремизм, «терроризм» <u>Аналитическая деятельность:</u> оценка информации. Разработка памяток по действиям в ситуациях террористической угрозы. <u>Практическая деятельность:</u> доведение порядка действий учащихся, сотрудников при угрозе теракта. <u>Практическая деятельность:</u> первая помощь при
3.1.	Что такое экстремизм и терроризм. Проявления терроризма.	2	Стр.244-248. Сообщение «Экстремистское движение».	
3.2.	Законодательство России по противодействию экстремизму.	1	Стр.261-263	
3.3.	Законодательство России по противодействию терроризму.	1	Стр.264-266. Сообщение «Крупнейший теракт в России» (Какие цели ставили перед собой террористы? Сумели ли они добиться поставленных целей.	

			Какой резонанс породили в обществе их акции).	ранениях.
3.4.	Правила поведения при угрозе теракта (обнаружение неизвестного предмета)	1	Стр.249-251.	
3.5.	Правила поведения при угрозе и во время взрыва (теракта)	1	Стр.253-257	
3.6.	Правила поведения при захвате заложником, террористами.	1	Стр.254-257. Проанализировать ФЗ №114-ФЗ от 25.07.2002 «О противодействии экстремистской деятельности» и № 35-ФЗ от 06.03.2006 «О противодействию терроризму»	
3.7.	Особенности проведения спецопераций по освобождению заложников. Правила поведения.	1	Стр.256-257	
Тема 4	Национальная безопасность РФ	1		
4.1.	Законодательная база национальной безопасности. Стратегия национальной безопасности.	1	Стр.267-269	
	Итого	34		

## Поурочно-тематическое планирование

7 класс

### Уроки 1—2. Введение. Цели предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

#### **Программное содержание**

Проблема здорового образа жизни людей. Как её решали в древности. Знание проблем окружающего мира и средств их преодоления — основа благополучия человека. Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ.

#### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Учебная дискуссия: обсуждение высказывания Г. Спенсера (учебник).

Учебный Диалог на тему «Зачем нужны знания ОБЖ».

Просмотр и обсуждение видео- и интернет-материалов по проблеме чрезвычайных ситуаций.

Минутка рефлексии (оцени себя): работа с информацией полиграфического издания (учебник).

Дифференцированная работа: анализ текста рубрики «Для любознательных» (учебник). Чтение и обсуждение текста. Учебный Диалог на тему «Что такое природные и техногенные катастрофы».

Работа со схемой «Безопасность жизнедеятельности».

### Уроки 3—4. Зависит ли здоровье от образа жизни?

#### **Программное содержание**

Хорошее физическое состояние — одно из условий эмоционального благополучия человека. Плохое настроение, потеря интереса к чему-либо, апатия — условия неблагоприятного эмоционального состояния. Отношение человека к окружающим людям и деятельности — важное условие здоровья и эмоционального благополучия.

#### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Учебная ДИСКУССИЯ: как отношения в социуме влияют на физическое и психическое здоровье человека.

Учебный Диалог «Обсуждение различных жизненных ситуаций, влияющих на настроение, эмоциональное состояние и здоровье человека».

Просмотр и обсуждение эпизодов фильма «Неоконченная повесть»; установление зависимости между социальным и физическим здоровьем человека, между апатией, безразличием и ухудшением состояния, как физического, так и душевного.

Чтение и обсуждение текста учебника. Учебный Диалог на темы «Ваш образ жизни — каков он?», «Что такое здоровье человека».

Чтение Диаграммы «Здоровье человека».

Индивидуальные рассказы «Круг моих интересов».

Чтение и обсуждение текста учебника.

Работа в группах: анализ пословиц и поговорок.

### Уроки 5—6. Физическое здоровье человека.

## **Физическая культура и здоровье**

### **Программное содержание**

Значение физической культуры для здоровья человека.

Закаливание как способ тренировки организма.

### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Учебная Дискуссия: что такое физическое здоровье человека, как его поддержать и сохранить.

Работа со схемой «Физическое здоровье человека». Практическое занятие: программа закаливания.

## **Уроки 7—9. Правильное питание**

### **Программное содержание**

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

### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Учебный Диалог на тему «Зависит ли здоровье человека от питания?».

Дискуссия: анализ иллюстративного материала.

Практические занятия. Составление рациона питания с учётом соотношения белков, жиров и углеводов. Выяснение, нет ли у учащихся проблемы излишнего веса.

Чтение и анализ текста учебника.

Работа с иллюстративным материалом: дифференциация животных и растительных белков; сложных и простых углеводов.

## **Уроки 10—11. Психическое здоровье человека**

### **Программное содержание**

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».

**Структура урока, основные методы и приёмы:** Чтение и анализ текста учебника.

Учебный Диалог на тему «Почему древние называли „победителя себя“ величайшим победителем в битве?».

Дифференцированная работа: оценка сюжетов, представленных в текстах и иллюстративном материале учебника.

Учебная Дискуссия: не ошибается тот, кто ничего не делает.

Задание на анализ и Дифференциацию: истинные и ложные суждения.

Работа в группах: снятие стресса.

Учебный диалог на тему «Фанаты и поклонники».

### Уроки 12—13. Социальное здоровье человека

#### **Программное содержание**

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.

**Структура урока, основные методы и приёмы:** Чтение и обсуждение текста учебника.

Учебный Диалог на тему «Дети-Маугли».

Дискуссия: умеем ли мы общаться?

Задание тестового характера «Проверь себя».

Дискуссия: черты коллективной деятельности и коллектива.

Работа в группах: анализ иллюстративного материала.

### Уроки 14—15. Репродуктивное здоровье подростков и его охрана

#### **Программное содержание**

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

**Структура урока, основные методы и приёмы:** Просмотр видео- и/или фотоматериалов.

Чтение и анализ текста учебника.

Составление плана ответа на вопрос «Особенности развития мальчиков и девочек».

### Уроки 16—19. Поведение при пожаре

#### **Программное содержание**

Пожар — чрезвычайная ситуация. Причины пожаров. Поражающие факторы пожара. Правила пользования пиротехникой. Организация эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения. Помощь при ожогах.

**Структура урока, основные методы и приёмы:**

Чтение и анализ текста учебника: причины возникновения пожаров.

Дискуссия: поражающие факторы пожара.

Практическое занятие: знакомство с устройством пожарного крана; знакомство с устройством и порядком использования углекислотного и воздушно-пенного огнетушителей. Деловая игра: правила эвакуации из горящего здания.

## **Уроки 20—24. Чрезвычайные ситуации в быту. Залив жилища. Опасное электричество. Утечка газа. Правила безопасности при пользовании бытовой химией**

### **Программное содержание**

Причины залива помещений. Правила поведения при заливах. Электричество может быть опасным. Правила пользования электроприборами. Оценка обстановки при электро-травмах, первая помощь. Правила пользования газовыми приборами. Первая помощь при отравлении ядохимикатами.

### **Структура урока, основные методы и приёмы: Чтение и обсуждение текста учебника.**

Практическая работа: анализ воображаемых ситуаций.

Учебный Диалог на тему «Почему при заливе лестничной клетки нельзя пользоваться лифтом?».

Чтение и обсуждение текста учебника.

Практическое занятие: правила пользования электроприборами.

Учебная Дискуссия: действия при появлении запаха газа. Практическое занятие: учим других правилам пользования газовыми приборами.

Анализ текста и информации, представленной в рубрике «Медицинская страничка».

## **Уроки 25—30. Разумная предосторожность. Опасные игры**

### **Программное содержание**

Досуг в городе; каких мест лучше избегать. Как вести себя на улице. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении. Опасности, которые скрывает карьер. Неразорвавшиеся боеприпасы. Экстрим в игре и спорте.

### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Учебный Диалог на тему «Правила поведения при встрече с мошенниками, хулиганами».

Чтение и анализ текста учебника.

Игра-Драматизация «Опасные встречи».

Практическое занятие «Встреча с незнакомцем».

## **Уроки 31—35. Защита проектов.**

**8 класс**

## **Уроки 1—3. Лес — это серьёзно**

### **Программное содержание**

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

### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Работа в группах: составление паспорта растения.

Чтение и анализ текста рубрики «Медицинская страничка».

Учебный Диалог на тему «Сбор грибов и грибная кулинария».

Работа с видео- и иллюстративным материалом: грибы нашей местности.

Учебная ДИСКУССИЯ: неожиданная встреча в лесу.

### **Уроки 4—7. Водоём зимой и летом**

#### **Программное содержание**

Причины возникновения опасных ситуаций на воде. Действия в неожиданных ситуациях. Выполнение правил поведения при купании. Умение отдыхать на воде. Правила катания на лодке. Помощь утопающему. Приёмы проведения искусственного дыхания. Правила поведения на льду.

Структура урока, основные методы и приёмы:

Учебный Диалог на тему «Опасные ситуации при купании». Чтение и анализ текста учебника, отработка памятки «Поведение на воде».

Учебная Дискуссия: правила катания на лодке.

Практическое занятие (ролевая игра): помощь тонущему человеку, а также провалившемуся под лёд.

### **Урок 8. Транспорт и экологическая безопасность**

#### **Программное содержание**

Транспорт в современном мире. Виды транспортных средств. Негативное воздействие транспорта на окружающую среду. Экологически безопасный и альтернативный транспорт. Структура урока, основные методы и приёмы:

Задание на дифференциацию видов транспорта (по иллюстрациям).

Рассказ-объяснение учителя «Виды топлива для автомобилей и экологически безопасный транспорт».

Чтение и анализ текста учебника, иллюстративного ряда и схемы.

### **Уроки 9—11. Чрезвычайные ситуации на дорогах**

#### **Программное содержание**

Почему транспорт является источником опасности. Причины и последствия дорожно-транспортных происшествий, поведение их участников, помощь пострадавшим.

**Структура урока, основные методы и приёмы:**

Учебная дискуссия на основе текста учебника.

Воображаемая ситуация: составление памятки «Чтобы избежать наезда...».

Работа с информацией, представленной в рубрике «Медицинская страничка».

Практическое занятие: первая помощь при кровотечениях и травмах.

### **Урок 12. Опасные ситуации в метро**

#### **Программное содержание**

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

**Структура урока, основные методы и приёмы:**

Учебный Диалог на тему «Какие опасности возникают в метро?».



Чтение и анализ текста учебника.

Рассказы учащихся с самоанализом «Моё поведение в метро».

### **Уроки 13—14. Авиакатастрофы**

#### **Программное содержание**

Авиационные происшествия и катастрофы: что это такое? Правила поведения пассажиров на борту авиалайнера. Нестандартные ситуации во время полёта. Меры предосторожности при ухудшении самочувствия во время полёта.

#### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Рассказ-объяснение учителя «Авиационные происшествия и катастрофы».

Чтение и анализ текста учебника.

Демонстрация спасательного оборудования (видеоматериалы и иллюстрации).

Задание на анализ и оценку иллюстративного ряда (учебник).

Практическое занятие: спасательное оборудование, действия при аварийной посадке.

### **15—16. Железнодорожная катастрофа**

#### **Программное содержание**

Особенность железнодорожного транспорта с точки зрения возникновения опасных ситуаций. Правила поведения при крушении поезда, при возникновении в вагоне пожара.

#### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Рассказ-объяснение учителя «Железнодорожные катастрофы» с иллюстративным материалом.

Задание на составление памятки «Действия при возникновении в вагоне пожара».

### **Уроки 17—18. Безопасный туризм**

#### **Программное содержание**

Виды активного туризма: пеший, водный, лыжный, горный, конный, парусный, вело-, спелео-, авто-, мото- и другие — и опасности, подстерегающие туриста. Обязанности туриста в туристской группе. Зависимость безопасности в туристском походе от подготовленности каждого туриста и всей туристской группы. Обеспечение безопасности в туристских походах.

#### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Задание на составление характеристики понятий «туризм» и «безопасный туризм».

Рассказ-объяснение учителя «Виды активного туризма: пеший, водный, лыжный, горный, конный, парусный, вело-, спелео-, авто-, мото- и другие — и подстерегающие туриста опасности».

Практическое занятие: оценка «должностных» обязанностей туриста в туристской группе.

### **Урок 19. Туризм — это отдых, связанный с преодолением трудностей**

### **Программное содержание**

Естественные препятствия в различных видах туризма и их характеристика: формы рельефа; водотоки, водоёмы и б0лота; пороги, камни, водопады, плотины, встречное течение, отмели и мели; метеорологические условия и др. Объективные трудности турпохода. Субъективные трудности турпохода. Требования к подбору рюкзака для совершения похода.

#### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Дискуссия (работа в группах): классификация трудностей в туристских походах.

Анализ рисунков (учебник).

Просмотр и обсуждение видеосюжетов и видеофильмов. Учебный Диалог на тему «Естественные препятствия в различных видах туризма, их характеристика и безопасное преодоление».

Практическое занятие (работа в группах): правильное распределение снаряжения между участниками похода (учебник).

### **Уроки 20—22. Движение по туристскому маршруту**

#### **Программное содержание**

Правила безопасности в туристском походе. Походная колонна. Преодоление естественных препятствий. Требования к составлению графика движения туристской группы.

#### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Дискуссия: какой режим дня должен быть в туристском походе.

Просмотр и обсуждение видеосюжетов и видеофильмов.

Дифференцированная работа: оценка сюжетов, представленных в текстах и иллюстративном материале учебника.

Задание на анализ и Дифференциацию: истинные и ложные суждения.

Работа в группах: составление графика движения группы с учётом возможных метеорологических условий (дождь, туман, паводок и пр.).

Практическое занятие: составление графика движения тур группы по маршруту (учебник).

### **23—24. Преодоление естественных препятствий**

#### **Программное содержание**

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 — переправы через реку или овраг. Распределение ролей между участниками похода при организации переправ. Правила переправы через замёрзшие реки и водоёмы.

#### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Чтение и анализ текста учебника, анализ иллюстраций. Учебный Диалог на тему «Правила организации движения группы по маршруту» (учебник).

Сравнение рисунков (учебник).

Проектная Деятельность «Как укрыться от непогоды в лыжном и пешем туристском походе».

Экспертная оценка безопасности предлагаемой учащимися конструкции укрытия (прочности, надёжности и удобства).

## Урок 25. Обеспечение безопасности при выборе места для бивуака

### **Программное содержание**

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 туристском походе, и их назначение. Правила разведения костров.

### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Рассказ-объяснение учителя «Принципы оценки окружающей обстановки для обеспечения безопасности при выборе места для бивуака туристской группы в разных видах туризма».

Анализ текста и рисунков учебника, выявление ошибок, допущенных туристами при разбивке лагеря (учебник).

Практическое занятие (ролевая игра): выбор места для бивуака туристской группы в разных видах туризма (водный, лыжный и горный).

Задание на сравнение и Дифференциацию типов костров (учебник).

Анализ воображаемой ситуации: составление памятки «Как избежать пожара при разведении костров».

Практическое занятие: охарактеризовать типы костров, используемых в туризме, по их назначению.

## Урок 26. Если турист отстал от группы..

### **Программное содержание**

Алгоритм действий туриста, который оказался в лесу один (отстал от группы). Состав индивидуального аварийного набора туриста. Действия туристской группы по организации поиска туриста, отставшего от группы.

### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Дискуссия: что делать туристу, который отстал от группы.

Чтение и анализ текста учебника, составление и отработка памятки «Алгоритм действий туриста, который отстал от группы».

## Уроки 27—29. Обеспечение безопасности в водном туристском походе

### **Программное содержание**

Подготовка к водному туристскому походу. Правила безопасного поведения в водном походе. Требования к специальному личному туристскому снаряжению в водном походе. Групповые средства обеспечения безопасности в водном походе. Групповое снаряжение водного похода. Правила безопасности в путешествиях с использованием плавсредств.

### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Учебный Диалог на тему «Какие опасности подстерегают участников водных туристских походов?».

Просмотр и обсуждение видеосюжетов по теме.

Дискуссия: правила безопасного поведения участника водного похода.

Чтение и анализ текста учебника.

Рассказы учащихся: специальное личное туристское снаряжение в водном походе.

Практическое занятие: спасательное оборудование, действия при аварийной ситуации в водном походе.

Практическое занятие (ролевая игра): составление маршрута, программы и графика движения водного похода по реке родного края (на любом плавсредстве).

### **Урок 30. Узлы в туристском походе**

#### **Программное содержание**

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

#### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Просмотр и обсуждение видеосюжетов по теме.

Практикум: освоение способов завязывания разных видов узлов, используемых туристами в путешествиях.

Практическое занятие: заполнение таблицы «Положительные и отрицательные свойства туристских узлов» (учебник).

### **Уроки 31—35. Защита проектов.**

#### **9 класс**

#### **Уроки 1—3. Когда человек сам себе враг. Курение**

#### **Программное содержание**

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

Рассказ-объяснение учителя «Почему подростки начинают курить?».

Учебный Диалог на тему «Прибавляет ли курение человеку достоинства?».

Работа с иллюстративным материалом, рисунком схемой.

#### **Уроки 4—5. Алкоголь и здоровье**

#### **Программное содержание**

Алкоголь и здоровье. Отношение школьников к употреблению спиртных напитков. Воздействие алкоголя на организм человека. Психологическая готовность к неприятию алкоголя. Первая помощь при отравлении алкоголем.

**Структура урока, основные методы и приёмы:** Учебная Дискуссия по сюжету картины.

Чтение и анализ информации, представленной в схеме и текстах (учебник).

Дифференцированное задание: работа с текстом рубрики «Для любознательных».

Работа в группах: рассматривание и анализ иллюстративного материала.

Практическое занятие: первая помощь при отравлении алкоголем.

### **Уроки 6—7. Наркотикам — нет!**

#### **Программное содержание**

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

**Структура урока, основные методы и приёмы:**

Учебная дискуссия: отношение государства к наркомании (на основе статей 228 и 230 Уголовного кодекса РФ).

Рассказ учителя «Наркотики и их пагубное влияние».

Чтение и анализ текста учебника.

Работа в группах: высказывание предположений «Почему у наркомана начинается распад личности?».

**Уроки 8—9. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, их классификация**

**Программное содержание**

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.

**Структура урока, основные методы и приёмы:** Чтение и анализ текста учебника.

Построение схемы «Виды чрезвычайных ситуаций».

Разработка плана оповещения в чрезвычайных ситуациях.

Работа в группах: на основе иллюстративного материала и Интернет-ресурсов составление сообщения «Чрезвычайная ситуация».

**Урок 10. Землетрясение**

**Программное содержание**

Что такое землетрясение. Степень воздействия Сейсмических волн. Прогнозирование землетрясений. Признаки землетрясения. Правила поведения во время землетрясения.

**Структура урока, основные методы и приёмы:**

Рассказ-объяснение учителя «Что такое землетрясение, его признаки» на основе видеоматериалов.

Чтение и анализ текста учебника.

Составление памятки «Как вести себя во время землетрясения».

Рассказ учителя «Прогнозирование землетрясения».

**Урок 11. Извержение вулкана**

**Программное содержание**

Извержение вулкана — грозное стихийное явление. Признаки начала извержения. Поведение во время извержения вулкана.

**Структура урока, основные методы и приёмы:**

Рассказ-объяснение учителя «Извержение вулкана — грозное стихийное явление».

Чтение и анализ текста учебника.

Рассматривание картины К.П. Брюллова «Последний день Помпеи» и составление текста-репортажа.

### Урок 12. Сели, оползни, обвалы и снежные лавины

#### **Программное содержание**

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

#### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Чтение и анализ текста, выделение главной мысли.

Работа в группах: составление инструкции «Поведение при обвале, сходе селя, лавины, оползня».

### **Урок 13. Ураган, буря, смерч, цунами**

#### **Программное содержание**

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

#### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Чтение и анализ текста, выделение главной мысли.

### Урок 14. Наводнения

#### **Программное содержание**

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

#### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Задание на составление характеристики понятия «наводнение».

Рассказ-объяснение учителя «Мероприятия, предупреждающие о начале наводнения».

Практическое занятие «Оценка действий при наводнении».

### **Уроки 15—16. Природные пожары**

#### **Программное содержание**

Лесные пожары, их причины. Виды лесных пожаров.

Действия при лесном пожаре.

#### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Рассказ-объяснение учителя «Причины лесных пожаров». Работа с иллюстративным материалом и пиктограммами (учебник).

Составление памятки «Правила разведения костров».

### Уроки 17—22. Чрезвычайные ситуации техногенного характера

#### **Программное содержание**

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

#### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Рассказ-объяснение учителя с использованием иллюстративного материала.

Задание на конструирование плана поведения с помощью пиктограмм.

Практическое занятие (работа в группах): построение плана местности в зоне опасных гидродинамических объектов.

### **Уроки 23—27. Экстремизм и терроризм**

#### **Программное содержание**

Что такое экстремизм и терроризм. Как снизить угрозу теракта. Правила поведения во время взрыва и после него. Взятие в заложники и правила поведения в этом случае. Как вести себя во время спецоперации по освобождению заложников.

Анализ понятий «экстремизм» и «терроризм», их характеристика.

Рассказ-объяснение учителя «Экстремизм и терроризм — негативные явления современного социума».

Учебная Дискуссия: чем опасен экстремизм?

Практическое занятие: наложение повязки для остановки кровотечения.

### **Уроки 28—29. Противодействие экстремизму и терроризму**

#### **Программное содержание**

Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму. Особенности проведения спецопераций.

#### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Лекция-беседа «Борьба с терроризмом в России» (встреча с профессионалом).

Работа с Документами: законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму.

### **Урок 30. Национальная безопасность Российской Федерации**

#### **Программное содержание**

Что такое национальная безопасность Российской Федерации. Условия её обеспечения.

#### **Структура урока, основные методы и приёмы:**

Анализ понятий «национальная безопасность», «государственная безопасность», «военная безопасность», «экономическая безопасность», «информационная безопасность», «экологическая безопасность».

Рассказ-объяснение учителя «Условия обеспечения национальной безопасности в Российской Федерации».

Учебная дискуссия: национальная безопасность страны и повседневная жизнь граждан.

### **Уроки 31—35. Урок обобщения. Защита проектов.**

## ЛИТЕРАТУРА

### Основная и дополнительная литература

1. Антитеррор. Практикум для горожанина: сб. / сост.: редакция сайта Антитеррор.Ру». — М.: Европа, 2005. — (Серия «Войны»),
2. Гражданская защита. Энциклопедия. В 4 т. / под ред. С. К. Шойгу. — М.: Московская типография № 2, 2006.
3. Гражданская защита: энциклопедический словарь / [Ю. Л. Воробьев и др.; под ред. С. К. Шойгу]. — М.: ДЭКС- ПРЕСС, 2005.
4. Терроризм — ты под прицелом: пособие для учащихся. — М.: Просвещение, 2011.
5. Игнатенко А. А. Кто покушается на твои права и свободы: пособие для учащихся / А. А. Игнатенко. — М.: Просвещение, 2010.
6. Когда не один противостоишь злу...: пособие для учащихся. — М.: Просвещение, 2010.
7. Основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности населения / [Ю. Л. Воробьев, В. А. Тучков, Р. А. Дурнев; под ред. Ю. Л. Воробьева]. — М.: Деловой экспресс, 2006.
8. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. пособие для 10 кл. общеобразоват. учреждений с мультимедийным учеб. в оболочке TeachPro на CD-ROM / под ред. С. К. Шой-гу, Ю. Л. Воробьева, М. И. Фалеева. — 2-е изд. — М.: ФЦ ВНИИ ГОЧС, 2003.
9. Сальникова И. В. «Свой?» — «Чужой?» А стоит ли делить?: пособие для учащихся / И. В. Сальникова. — М.: Просвещение, 2010.
10. Словарь основных терминов и понятий в сфере борьбы с международным терроризмом и иными проявлениями экстремизма. — М.: Эдиториал УРСС, 2003.
11. Экстремизм — идеология и основа терроризма: пособие для учащихся. — М.: Просвещение, 2011.

### Использование Интернета для подготовки уроков ОБЖ

#### Сайты с нормативными документами по образованию и методическими материалами:

1. <http://www.school.edu.ru> – Российский общеобразовательный портал;
2. <http://www.ed.gov.ru> – Федеральное агентство по образованию РФ Министерства образования и науки РФ;
3. <http://www.edu.ru> – Федеральный сайт Российского образования;
4. <http://www.edu.km.ru> – Образовательные проекты;
5. <http://www.ict.edu.ru> – Информационно-коммуникационные технологии в образовании;
6. <http://www.festival.1september.ru> – Сайт педагогических идей «Открытый урок»;
7. <http://www.vestniknews.ru> – Журнал «Вестник образования России»;
8. <http://www.fio.ru> – Сайт Федерации Интернет-образования России;



9. <http://www.sputnik.mto.ru> – Спутниковый канал единой образовательной информационной среды;
10. <http://www.eurekanet.ru> – Инновационная образовательная сеть;
11. <http://www.mediaeducation.ru> – Лаборатория ТСО и медиаобразования института содержания и методов образования РАО;
12. <http://www.pedlib.ru> – Сайт педагогической библиотеки;
13. <http://www.profile-edu.ru> – Профильное обучение в старшей школе;
14. <http://www.int-edu.ru> – Каталог образовательных ресурсов, методические материалы.

**Ссылки на образовательные ресурсы Интернета по основам безопасности жизнедеятельности:**

1. [http://www.school.edu.ru/catalog.asp?cat\\_ob\\_no=108&pg=1](http://www.school.edu.ru/catalog.asp?cat_ob_no=108&pg=1) – Каталог ресурсов по ОБЖ Российского общеобразовательного портала;
2. <http://www.znakcomplect.ru/top/out.php?id=65> – Инструкции, учебные фильмы, иллюстрированные инструктажи, видеоинструктажи, тематические стенды и плакаты по охране труда, безопасности дорожного движения, технике безопасности, безопасности жизнедеятельности;
3. <http://www.caim.ru/9> - Банк рефератов по безопасности жизнедеятельности;
4. <http://www.school-obz.org> – Основы безопасности жизнедеятельности, информационно-методическое издание для преподавателей МЧС России;
5. <http://www.alleng.ru/edu/saf.htm> - Методические материалы, тесты, билеты, книги и учебные пособия по ОБЖ;
6. [http://www.window.edu.ru/window/catalog?p\\_rubr=2.1.15](http://www.window.edu.ru/window/catalog?p_rubr=2.1.15) – Каталог по основам безопасности жизнедеятельности единого окна доступа к образовательным ресурсам;
7. <http://www.obzh.info> – Личная безопасность в различных условиях;
8. <http://www.garant.ru/prime/20070719/6232673.htm> - Методические рекомендации по организации образовательного процесса в общеобразовательных учреждениях по курсу ОБЖ;
9. <http://www.school-collection.edu.ru/catalog/res/> - Библиотека электронных наглядных пособий по ОБЖ для 5-11 классов;
10. <http://www.edu-navigator.ru/cat/11500/1> - Каталог ресурсов по ОБЖ;
11. <http://www.znakcomplect.ru/school/school7.php> - Охрана труда в образовании;
12. <http://www.afestival.1september.ru/subjects/12> - Фестиваль «Открытый урок», материалы по ОБЖ;
13. <http://www.uroki.net/dokobgd/htm> – Для учителя ОБЖД материалы к урокам, сценарии внеклассных мероприятий, документы;
14. [http://www.4students.ru/search.asp?id\\_subject=20](http://www.4students.ru/search.asp?id_subject=20) – Рефераты по безопасности жизнедеятельности;

15. <http://www.russmag.ru/pgroup.php?id=2> – Материалы журнала «Основы безопасности жизни»;
16. <http://www.warning.dp.ua> – Справочник по безопасности, пособие по выживанию, поведение в экстремальных ситуациях;
17. [http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat\\_no=21983&tmpl=com](http://www.it-n.ru/communities.aspx?cat_no=21983&tmpl=com) – Сообщество учителей безопасности жизнедеятельности;
18. <http://www.shkolazhizni.ru/tag> - Школа жизни. Материалы по безопасности, стихийным бедствиям и чрезвычайным ситуациям;
19. <http://www.school.holm.ru/predmet/obg> - Ссылки по учебным предметам: ОБЖ;
20. <http://www.examens.ru/otvet/3> - Ответы на экзаменационные вопросы по ОБЖ.