

7. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ОБЖ 5 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся
1	2	3	4	5	6
Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства.					
Личная безопасность в повседневной жизни					
1	Город как источник опасности. Особенности города как среды обитания человека. Системы обеспечения безопасности города	1	Урок изучения и первичного закрепления новых знаний	Понятия о стихийном бедствии и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе и их причины. Понятие о вынужденном автономном существовании. Причины вынужденного автономного существования. Государственные, муниципальные (городские) и районные специальные службы обеспечения безопасности. Правила вызова служб безопасности. Понятие о специальном сигнале оповещения «Внимание всем!». Правила поведения населения при оповещении об опасной или чрезвычайной ситуации по специальному сигналу «Внимание всем!».	Знать: определения «безопасность»; «опасная ситуация»; «экстремальная ситуация»; «чрезвычайная ситуация», организации защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в повседневной жизни. Владеть навыками: поведения в чрезвычайных ситуациях по сигналу «Внимание всем!».
2.	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире). Дом, в котором мы живем	1	Комбинированный	Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные опасные ситуации в доме (квартире) и их причины.	Знать: опасные и аварийные ситуации в доме (квартире). Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в быту.
3.	Пожар	1	Комбинированный	Опасные факторы пожара, воздействующие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях, их последствия. Меры пожарной безопасности в быту.	Знать: опасные факторы и причины пожаров. Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в повседневной жизни.
4.	Правила поведения при пожаре. Эвакуация.	1	Урок комплексного применения ЗУН учащим	Правила безопасного поведения при пожаре в доме (квартире). Правила безопасной эвакуации из задымленного помещения. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру. Основные причины возгорания телевизора (электроприбора). Правила безопасного поведения при возгорании телевизора (электроприбора).	Знать: Правила безопасного поведения при пожаре. Владеть навыками: поведения при пожаре в здании.

			ися		
5.	Огнестойкость зданий и средства пожаротушения.	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Огнестойкость зданий и сооружений. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.	Знать: средства пожаротушения и правила пользования ими. Уметь: использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания.
6.	Затопление квартиры.	1	Комбинированный	Водоснабжение дома (квартиры). Причины затопления и возможные последствия. Правила поведения при затоплении жилища и меры по его предотвращению.	Знать: возможные причины и правила поведения при затоплении жилища. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения безопасности жилища.
7.	Электричество.	1	Комбинированный	Опасность электрических и электронных приборов, используемых в быту. Последствия поражения электрическим током. Меры безопасности при обращении с электроприборами.	Знать: правила безопасного использования электрических приборов. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.
8.	Опасные вещества.	1	Комбинированный	Понятие о средствах бытовой химии. Действие препаратов бытовой химии на организм человека. Правила пользования средствами бытовой химии. Опасность лекарственных средств и меры безопасности при их использовании. Бытовой газ и его опасность. Правила пользования бытовым газом. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире. Опасность продуктов питания. Меры по предотвращению пищевых отравлений.	Знать: Правила пользования средствами бытовой химии и бытовым газом. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.
9.	Взрыв и обрушение дома.	1	Комбинированный	Причины взрывов и обрушений в жилых домах. Правила безопасного поведения при возникновении взрыва в доме (квартире) и обрушении дома.	Знать: причины взрывов и обрушений домов. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.
10	«Захлопнулась дверь» (сломался замок,	1	Комбинированный	Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи). Правила предотвращения таких ситуаций. Меры безопасности при потере ключей от дома	Знать: правила безопасного поведения в нестандартных ситуациях.

	потерялись ключи)		ый	(квартиры). Опасность толпы. Как уцелеть в толпе. Правила безопасного поведения при попадании в толпу в местах массового скопления людей (на дискотеке, стадионе и т. п.). Безопасное поведение с животными. Правила предосторожности при встрече с собаками. Правила поведения при нападении собаки.	Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.
Безопасность на дорогах и на транспорте					
11	Опасные ситуации на улице. Гололед. Толпа.	1	Комбинированный	Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Основные причины дорожно-транспортных происшествий. Дорога и ее составные части. Дорожная разметка и дорожные знаки, их характеристика. Сигналы светофора и регулировщика.	Знать: основные положения Правил дорожного движения. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.
12	Собака бывает кусачей	1	Комбинированный	Правила безопасного поведения при встрече с собакой (на улице, в подъезде). Как действовать при нападении собаки и в случае укуса.	Знать: правила безопасного поведения при встрече с собакой (на улице, в подъезде). Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.
13.	Чрезвычайные ситуации на транспорте. Современный транспорт – зона повышенной опасности	1	Комбинированный	Правила поведения пассажира автобуса (троллейбуса, трамвая). Правила поведения пассажира легкового автомобиля. Правила поведения пассажира мотоцикла.	Знать: правила поведения пассажиров. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.
14	Общественный (городской) транспорт.	1	Комбинированный	Краткая характеристика современных видов транспорта (автомобиль, автобус, трамвай, троллейбус, метро). Правила безопасного поведения при аварийных ситуациях на городском общественном транспорте. Правила безопасного поведения пассажира автомобиля: при неизбежном столкновении, при падении автомобиля в воду. Причины опасных и аварийных ситуаций в метрополитене. Зоны опасности в метро и их характеристики. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных	Знать: правила безопасного поведения при аварийных ситуациях в автобусе, троллейбусе, автомобиле и метро. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.

				ситуациях.	
15	Железнодорожный транспорт.	1	Комбинированный	Источники опасности и опасные зоны на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения пассажиров: при крушении поезда, при пожаре в поезде.	Знать: правила безопасного поведения пассажиров железнодорожного транспорта. Использовать: приобретенные знания для соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в транспорте.
16	Авиационный транспорт	1	Комбинированный	Характеристика авиационного транспорта. Правила поведения авиапассажиров в салоне самолета. Правила безопасного поведения авиапассажиров: при аварийной посадке, при разгерметизации салона, при пожаре в самолете, при аварийной посадке на воду.	Знать: правила безопасного поведения пассажиров авиационного транспорта. Использовать: приобретенные знания для соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в транспорте.
17	Морской и речной транспорт	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Характеристика водного транспорта. Индивидуальные и групповые средства спасения на морском и речном транспорте. Правила пользования спасательным жилетом. Действия пассажиров при аварийных ситуациях и эвакуации с судна. Правила посадки на спасательное средство. Что делать, если человек упал за борт судна.	Знать: правила безопасного поведения на воде и безопасного поведения пассажиров водного транспорта. Уметь: оказывать помощь терпящим бедствие на воде. Использовать: приобретенные знания для соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в транспорте.
Опасные ситуации социального характера					
18	Психологические основы самозащиты	1	Комбинированный	Язык жестов — важное оружие самозащиты. Основные психологические качества уверенного в себе человека. Психологические рекомендации по преодолению страха и способам самозащиты в опасных ситуациях криминогенного характера.	Знать: правила преодоления страха в опасных ситуациях криминогенного характера. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.
19	Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде.	1	Комбинированный	Меры по повышению безопасности дома (квартиры). Что не рекомендуется делать, находясь дома без взрослых. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций в доме (квартире); звонок в дверь, дверь квартиры пытаются открыть, вы вернулись из школы, а дверь квартиры открыта. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций:	Знать: правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях. Владеть навыками: поведения в криминогенных ситуациях. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

				перед подъездом, в подъезде дома, в лифте, на лестничной площадке.	
20	Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.	1	Комбинированный	Зоны криминогенной опасности в городе (населенном пункте). Правила безопасного поведения с незнакомым человеком. Правила обеспечения личной безопасности в повседневной жизни. Как предотвратить опасные домогательства.	Знать: правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.
21	Правила поведения при захвате в заложники.	1	Комбинированный	Понятие о заложнике. Меры личной безопасности по предотвращению захвата в заложники. Рекомендации по безопасному поведению при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в заложники в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.	Знать правила безопасного поведения при захвате в заложники. Использовать приобретенные знания в повседневной жизни для безопасного поведения при угрозе террористического акта; для обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Загрязнение среды обитания

22	Загрязнение воды.	1	Комбинированный	Загрязнение воды. Роль воды в жизнедеятельности человека. Требования к питьевой воде. Способы очистки водопроводной воды в домашних условиях.	Знать: требования к питьевой воде. Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.
23	Загрязнение воздуха.	1	Комбинированный	Загрязнение воздуха. Общие сведения об атмосфере. Состав воздуха, которым мы дышим. Причины загрязнения воздуха. Рекомендации по предотвращению загрязнения воздуха в местах проживания.	Знать: причины загрязнения воздуха. Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.
24	Загрязнение почвы	1	Комбинированный	Загрязнение почвы. Роль почвы в жизнедеятельности человека. Причины загрязнения почвы и их последствия. Вредные вещества, накапливающиеся в почве в результате промышленных выбросов. Возбудители инфекционных заболеваний, обитающие в почве	Знать: причины загрязнения почвы. Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.

Средства индивидуальной защиты органов дыхания

25	Фильтрующие противогазы.	1	Комбинированный	Фильтрующие противогазы. Предназначение и принцип защитного действия фильтрующих противогазов. Гражданские противогазы ГП-7 и ГП-7В, устройство и правила пользования.	Знать: назначение и устройство гражданских и детских противогазов. Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.
26	Пользование противогазом.	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Детский противогаз ПДФ-2Ш, устройство и правила пользования. Правила подбора противогаза, определение размера (роста) шлем-маски, подготовка противогаза к работе. Пользование противогазом. Переноска противогаза. Положения противогаза: походное, наготове, боевое. Перевод противогаза в боевое положение. Практическая отработка упражнения по надеванию противогаза.	Владеть навыками: поведения в криминогенных ситуациях. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи. Получают практические навыки пользования противогазом

Раздел 2. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

27	Виды ранений, их причины и первая помощь	1	Комбинированный	Понятие о ране. Общие признаки ранений. Общие правила оказания первой помощи при незначительных открытых ранах.	Знать: основные виды ранений, их причины и правила оказания первой помощи. Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.
28	Общая характеристика кровотечений	1	Комбинированный	Наружное и внутреннее кровотечения. Венозное кровотечение и его характеристика. Артериальное кровотечение и его характеристика. Смешанные кровотечения и их характеристика. Капиллярное кровотечение и его особенности.	Знать: виды кровотечений и их особенности. Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.
29	Первая помощь при кровотечении	1	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Способы временной остановки кровотечения. Остановка кровотечения путем пальцевого прижатия артерий. Особенности и правила остановки кровотечения путем наложения жгута. Остановка кровотечения путем наложения давящей повязки. Остановка кровотечения путем максимального сгибания конечности. Остановка кровотечения путем придания поврежденной конечности приподнятого положения. Первая помощь при кровотечении из носа.	Знать: способы остановки кровотечений. Уметь: останавливать кровотечения, применяя различные способы в зависимости от вида кровотечения и места травмы.

30.	Закрепление знаний по теме «Основы медицинских знаний»				
Основы здорового образа жизни (5 ч)					
31	Движение и здоровье	1	Комбинированный	Роль двигательной активности для укрепления здоровья. Понятие об опорно-двигательном аппарате и его развитии. Опорно-двигательный аппарат как генератор двигательной активности. Избыток и недостаток движения (гиподинамия) — причина некоторых заболеваний человека.	Знать: о роли двигательной активности для укрепления здоровья. Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.
32	Нарушения осанки и причины их возникновения	1	Комбинированный	Понятие об осанке. Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика нарушений осанки.	Знать: причины и последствия нарушения осанки. Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.
33	Телевизор и компьютер — друзья или враги?	1	Комбинированный	Воздействие излучений телевизора и компьютера на организм человека. Правила просмотра телепередач. Правила безопасности при работе на персональном компьютере.	Знать: о воздействии излучений телевизора и компьютера на организм человека. Уметь: соблюдать правила безопасности при просмотре телепередач и при пользовании компьютером
34	Развитие и изменение организма в вашем возрасте	1	Комбинированный	Понятие о детском и подростковом возрасте. Развитие организма в детском возрасте. Характеристика факторов, влияющих на развитие и изменение организма в подростковом возрасте. Активность сальных и потовых желез в подростковом возрасте. Гигиенические мероприятия по уходу за сальными и потовыми железами.	Знать: гигиенические мероприятия по уходу за сальными и потовыми железами. Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.
35	Физическое и нравственное взросление человека	1	Комбинированный	Появление новой жизни. Ответственность за сохранение своего здоровья в подростковом возрасте. Физическое взросление мальчиков и девочек, особенности их взаимоотношений.	Формируют у себя потребность в соблюдении норм здорового образа жизни как способа укрепления и сохранения здоровья

