

**Рецензия**  
**на рабочую программу внеурочной деятельности по ОБЖ**  
**«Помоги себе сам»**  
**преподавателя-организатора ОБЖ МБОУ СОШ № 20**  
**Куркина Дмитрия Николаевича**

Актуальность разработанной программы внеурочной деятельности «Помоги себе сам», заложена в требованиях (к условиям реализации ООП) федерального образовательного стандарта основного общего образования утверждённого приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 (п.п. 18.3.1. Учебный план организации, осуществляющей образовательную деятельность должен предусматривать возможность введения учебных курсов, обеспечивающих образовательные потребности и интересы обучающихся).

Программа предназначена для обучающихся 5-7 классов, рассчитана на 34 часа и носит предметно-ориентированный характер, учитывает возрастные психологические и физиологические особенности детей. Данный курс реализуется в части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений.

Структура рабочей программы соответствует требованиям ФГОС основного общего образования и отражает цели и задачи курса, содержит подробный тематический план с указанием последовательности изучения материала, варианты и темы заданий, практические работы.

Программа последовательно решает основные задачи: изучение правил безопасного поведения (ПДД, ПББ, ПБП при ЧС различного характера) с учетом возрастных особенностей, формировать чувство ответственности за личную и общественную безопасность, развитие коммуникативных качеств личности для ответственного и осознанного поведения во время экстремальных ситуаций;

Содержание программы соответствует поставленным целям и задачам, в ней указаны способы определения результативности обучения. Программа обеспечена методической литературой, учебно-методическим материалом.

Программа соответствует специфике внеурочной деятельности в соответствии с ФГОС ООО, позволит учащимся лучше ориентироваться в различных ситуациях, способствуя интеллектуальному развитию и самостоятельности.

Программа внеурочной деятельности «Помоги себе сам» показала свою эффективность и рекомендована для использования при реализации внеурочной деятельности учащихся основной школы в соответствии с требованиями ФГОС ООО.

Директор МКУ «ИМЦ»:



Жирова Л.С.

**Краснодарский край, Белоглинский район**  
**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение**  
**«Средняя общеобразовательная школа № 20 имени А.К Перевалова**  
**Белоглинского района»**

УТВЕРЖДЕНО

решением педагогического совета МБОУ

СОШ № 20 МО Белоглинский район

от 31 августа 2021 года протокол № 1

Председатель педсовета  К.Н. Комов



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

По внеурочной деятельности «Помоги себе сам»

Уровень образования: основное общее образование 5-7 классы

Количество часов: 102 часа (1 час в неделю)

Учитель: Куркин Дмитрий Николаевич

**Программа разработана в соответствии с ФГОС ООО с учетом рабочей программы основы безопасности жизнедеятельности 5-9 Н.Ф. Виноградовой, Д.В. Смирнова, А.Б. Таранина М.: Вентана-Граф, 2021) с учетом УМК Основы безопасности жизнедеятельности. 5—9 классы. М.: Вентана-Граф, 2021**

## 1. Результаты освоения курса внеурочной деятельности

### **Личностные результаты:**

освоение социальных норм поведения, социальных ролей, связанных с необычными, неожиданными и чрезвычайными ситуациями;

сформированность социально значимых межличностных отношений, ценностных жизненных установок и нравственных представлений;

эмоционально-отрицательная оценка потребительского отношения к окружающей среде, к проявлению асоциального поведения;

наличие способности предвидеть результаты своих действий, корректировать те из них, которые могут привести к нежелательным и/или опасным последствиям;

устойчивое стремление и готовность к саморазвитию и личностному совершенствованию.

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

#### ***Познавательные:***

использовать умственные операции (анализ, синтез, сравнение, классификация и др.) для оценки, интерпретации, обобщения получаемой информации;

сопоставлять информацию по одной и той же проблеме, полученную из разных источников (текст, иллюстрация, графическое представление);

сравнивать чрезвычайные ситуации, классифицировать их по степени опасности для жизни и здоровья людей;

осуществлять поиск информации, необходимой для выбора правильных решений в чрезвычайных ситуациях, связанных с бытом, повседневной школьной жизнью, отдельными природными и техногенными происшествными.

#### ***Регулятивные:***

планировать по собственному побуждению свою жизнь и деятельность, ориентируясь на изученные правила поведения в различных ситуациях;

контролировать своё поведение, проявлять желание и способность предвидеть последствия своих действий и поступков;

оценивать неординарные, чрезвычайные ситуации, определять ошибки в действиях их участников, намечать способы их устранения.

#### ***Коммуникативные:***

участвовать в диалоге (высказывать своё мнение, терпимо относиться к разным мнениям, объективно оценивать суждения участников);

формулировать обобщения и выводы по изученному материалу;

составлять обоснованные суждения о правилах поведения в различных чрезвычайных ситуациях;

характеризовать понятия (в рамках изученных), пользоваться словарями для уточнения их значения и смысла;

характеризовать причины происходящих событий, делать выводы о возможных способах их устранения.

### **Предметные результаты**

#### ***Учащиеся научатся:***

объяснять смысл основных понятий (в рамках изученного материала);

характеризовать государственную политику, связанную с предотвращением различных чрезвычайных ситуаций и борьбой с ними (в рамках изученного материала);

раскрывать особенности семьи как социального института; характеризовать факторы благополучных взаимоотношений в семье;

выявлять факторы, влияющие на здоровье и благополучие человека;

раскрывать особенности организации безопасного туризма, отдыха, игр и занятий;

классифицировать и характеризовать виды чрезвычайных ситуаций, особенности каждого вида;

анализировать и оценивать ситуации, связанные с опасностями для здоровья и жизни человека в близком окружении и в масштабах региона;

различать чрезвычайные ситуации разного вида (природные, биологические, техногенные, социальные); приводить примеры разных видов чрезвычайных ситуаций;  
предвидеть возможные последствия своих действий и поведения;  
проявлять желание противостоять негативным влияниям окружающей социальной среды, коллектива сверстников, взрослых;  
организовывать режим, двигательную активность, закаливание и др.;  
проявлять разумную предосторожность в выборе мест для игр, пользовании бытовыми электроприборами;  
ориентироваться в дорожной обстановке, соблюдать правила дорожного движения;  
оказывать первую помощь в различных чрезвычайных ситуациях.

## **2. Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности**

Для усвоения знаний, программа предусматривает групповую форму обучения, лекций, бесед, рассказов, практических занятий, диспутов, проведение экскурсий.

Практическое выполнение программы предполагает выполнение учащимися конкретных видов учебных действий: творческих работ, отработка нормативов, проектная деятельность, решение теоретических и практических задач.

Исходя из принципов современного образования, реализация программы ориентирована на новые подходы к организации общения, сотрудничества во внеурочной деятельности, где используются активные и интерактивные формы учебного сотрудничества: «учитель-ученик», парная и групповая работа, что в свою очередь так же влияет на формирование Универсальных учебных действий

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5—7 классов включает следующие содержательные линии (разделы).

### **Введение**

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Что такое здоровый образ жизни, природные и техногенные ситуации.

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

Почему нужно знать свой организм. Особенности организма человека. Какие системы органов есть у человека. За что отвечают системы органов, их характеристика. Укрепление нервной системы: что нервная система «любит», чего нервная система «не любит». Тренировка сердца. Развитие дыхательной системы, дыхательные упражнения для утренней гимнастики. Правильное рациональное питание: умеренность, сбалансированность, разнообразие, своевременность. Виды углеводов («медленные», «быстрые»), их влияние на организм и здоровье человека. Пирамида сбалансированного питания.

*Здоровье органов чувств.* Сохранение зрения. Слух, обоняние, вкус.

*Как вести здоровый образ жизни.* Факторы, влияющие на здоровье: условия жизни, образ жизни, врожденные особенности, качество медицинского обслуживания.

*Организованность и здоровье.* Организованность и планирование своей жизни — условия сохранения здоровья.

*Чистота — залог здоровья.* Правила личной гигиены. Тщательно вымытые овощи и фрукты как условие сохранения здоровья.

*Движение — это жизнь.* Положительное влияние физкультуры на организм человека. Комплекс упражнений для развития движений. Программа повышения уровня своей физической подготовки.

*Закаливание как условие сохранения здоровья.* Значение закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Правила закаливания.

*Компьютер и здоровье.* Отрицательное влияние работы с компьютером на здоровье человека: усталость, перевозбуждение, ухудшение зрения, отрицательное эмоциональное состояние, «синдром круглой спины». Правила безопасного пользования компьютером. Упражнения, которые снимают усталость при работе с компьютером.

### **Мой безопасный дом**

*Поддержание чистоты и порядка в доме.* Мыши, крысы, тараканы — животные не домашние! Распространение грызунами и тараканами опасных инфекционных заболеваний.

Чистота — одно из условий борьбы с грызунами и тараканами. Соблюдение правил при проведении хозяйственных работ (мытьё посуды, уборка комнат).

*Дела домашние: техника безопасности.* Проявление осторожности, предусмотрительности при проведении хозяйственных работ (работа с клеем, молотком, пилой и пр.). Правила поведения при появлении запаха газа, при пожаре.

*Безопасное электричество и газ.* Правила использования электроприборов; условия возникновения коротких замыканий, пожаров; получение ожогов и травм. Правила безопасного пользования газом.

### **Школьная жизнь**

*Дорожное движение в населённом пункте.* Выбор пути. Безопасная дорога в школу. Поведение на улицах и дорогах. Знание адреса школы, названия ближайших остановок транспорта. Участники дорожного движения: пассажиры, пешеходы, водители. Соблюдение Правил дорожного движения — условие сохранения жизни и здоровья. Необходимость внимательного отношения к дорожной обстановке, оценка дорожной ситуации. Знаки дорожного движения: предупреждающие, запрещающие, предписывающие. «Дорожные ловушки». Правила передвижения на регулируемых и нерегулируемых перекрёстках и улицах. Правила поведения пешехода и пассажира.

*Правила поведения в школе.* Общие правила поведения в школьном помещении и на территории школы. Поведение на уроках, переменах, в столовой, раздевалке и других школьных помещениях. Общение со сверстниками. Поведение в школе, которое может привести к беде. Устранение конфликтов. Заболевший ученик в школе. Помощь заболевшему сверстнику.

*Ориентировка в школьных помещениях.* Меры предупреждения пожара, правила эвакуации, правила поведения при пожаре.

### **На игровой площадке**

*Подготовка к прогулке: выбор обуви и одежды.* Поведение на игровой площадке. Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием, при езде на велосипеде, роликовых коньках и пр. Зимние игры. Безопасность катания на санках и ледянках. Предусмотрительность и осторожность во время игр. Особенности поведения на игровой площадке при условии близости игровой зоны для самых маленьких детей. Правила проведения спортивных игр (футбол, волейбол, хоккей и др.) при небольших размерах игровой площадки и близости дороги или шоссе.

*Оказание первой помощи при ушибах, вывихах, переломах.*

Животные на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой. Способность определить её настроение по позе и поведению. Предусмотрительность и осторожность. Первая помощь при укусе собаки.

### **На природе**

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

*Опасности, которые могут встретиться в природе.* Общие правила поведения в лесу, на водоёме. Правила поведения при экстремальных ситуациях (потеря ориентиров на незнакомой

местности и др.). Правила поведения при встрече с опасными животными (насекомые, змеи, звери). Действия человека, которого укусила оса (клещ, змея).

*Опасности, которые таит вода.* Выбор места для купания и его оценка. Правила безопасного поведения на воде при купании, катании на лодке.

Оценка состояния льда в осеннее и весеннее время года. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные препятствия. Предусмотрительность и осторожность во время преодоления водных препятствий.

### **Туристский поход: радость без неприятностей**

*Подготовка к походу.* Правила организации безопасного туристского похода. Подбор снаряжения, сбор продуктов питания. Одежда и обувь для похода. Правила упаковки рюкзака. Спальный мешок. Походная аптечка. Список лечебных препаратов, необходимых в походе.

Режим дня в многодневном походе. Правила организации режима дня туриста: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий и игр. Походная еда, правила её приготовления.

### **Когда человек сам себе враг**

*Вредные привычки, их пагубное влияние. Алкоголь.* Вред алкоголя для здоровья, умственной деятельности, поведения человека. Особая опасность приёма алкоголя в подростковом возрасте. Курение. Вред курения для здоровья. Особая опасность курения в подростковом возрасте.

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

### **Практические работы**

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

### **Проектная деятельность**

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

### 3. Тематическое планирование

5 класс					
Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне УУД)	Основные направления воспитательной деятельности
Введение	1	Необходимость изучения предмета ОБЖ. Символическое изображение правил ОБЖ	1	<i>Анализировать</i> информацию, представленную в тексте учебника. <i>Оценивать</i> проблемные ситуации. <i>Анализировать</i> и <i>характеризовать</i> знаки-символы ОБЖ	
Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя	7	Организм человека как единое целое. Функции разных систем органов тела.	1	<i>Актуализация</i> имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните». <i>Оценивать</i> выполнение тестовых заданий (самоконтроль). <i>Совместная деятельность в парах</i> : уметь объяснять правила взаимодействия при решении учебной задачи. <i>Участвовать в учебном диалоге</i> «Укрепляем нервную систему».	
		Почему нужно знать свой организм.	1		
		Выполнение правил бережного отношения к нервной системе. Укрепление нервной системы. Практическая работа: измерение пульса.	1		
		О чём рассказывает пульс. Тренировка сердца. Практическая работа «Учимся измерять пульс»	1		
		Дыхательная система человека, её функции и значение. Охрана дыхательной системы.	1		
		Питание школьника-подростка. Почему важно обращать внимание на правильное питание. Практическая работа: меню для подростка.	1		
Принципы рационального питания. Первая помощь при отравлениях и пищевой аллергии.	1	<i>Практическая деятельность</i> : измерять пульс; дыхательные упражнения. <i>Читать</i> и <i>анализировать</i> текст учебника «Рациональное питание — что это такое?». <i>Участвовать в диалоге</i> по теме. <i>Анализировать</i> схему (пирамиду) сбалансированного питания. <i>Оценивать</i> проблемные ситуации «Как мы питаемся». <i>Практическая деятельность</i> : составить меню для подростка. <i>Анализировать</i> информацию об оказании первой помощи при			

				отравлении (работа с рубрикой «Медицинская страничка»)	
Здоровье органов чувств	2	Правила бережного отношения к органам чувств	1	<i>Оценивать</i> выполнение тестовых заданий (самоконтроль). <i>Практическая работа:</i> выполнять гимнастику для глаз. <i>Анализировать</i> информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка»	
		Правила бережного отношения к органам чувств. Практическая работа: тренировка глаз.	1		
Здоровый образ жизни	3	Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье.	1	Анализировать диаграмму «Что влияет на здоровье». <i>Оценивать</i> своё состояние (анализ ответов на вопросы теста). Учебный диалог (обсудим вместе): анализировать жизненные ситуации. <i>Совместная деятельность в парах:</i> оценивать «вредные» советы. <i>Совместная деятельность в группах:</i> составить памятки «Правила личной гигиены». <i>Работа с информацией,</i> представленной на медицинской страничке. <i>Анализировать</i> информацию, представленную в текстах учебника	
		Гигиенические процедуры младшего подростка.	1		
		Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши). Работа в группах: составление памятки «Правила личной гигиены».	1		
Движение — это жизнь	2	Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.	1	<i>Практическая деятельность:</i> выполнять упражнения и игры в физкультурном зале. <i>Участвовать в учебном диалоге</i> «Что такое закаливание». <i>Практическая деятельность:</i> составлять программу закаливания. <i>Анализировать</i> информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка»	
		Закаливание — средство охраны и укрепления здоровья. Программа и правила закаливания. Практическая работа: составление программы закаливания.	1		
Компьютер и здоровье	1	Правила безопасного пользования компьютером. Виды занятий, снимающих утомление	1	<i>Проводить самоанализ и самооценку</i> поведения и организации деятельности. <i>Анализировать</i> информацию, представленную в тексте учебника. <i>Практическая деятельность:</i> объяснять правила работы с компьютером. <i>Совместная деятельность в парах:</i> анализировать иллюстративный материал по теме урока	
Повторение и обобщение пройденного	1	Что такое здоровый образ жизни. Правила здорового образа жизни.	1		
Мой безопасный дом	4	Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры и мытья посуды.	1	<i>Участвовать в учебном диалоге:</i> анализ высказываний. <i>Работать с текстом учебника,</i> формулировать вывод. <i>Совместная деятельность в парах:</i> составлять план уборки квартиры, правила мытья посуды. <i>Участвовать</i>	
		Животные и насекомые, распространяющие инфекцию в доме (мыши, тараканы, клопы).	1		

		Техника безопасности в доме.	1	<i>в учебном диалоге: анализ текста и иллюстраций (техника безопасности). Анализировать информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка»</i>	
		Первая помощь при ушибах, при отравлении клеем, его парами, газом и при поражении током	1		
<b>Школьная жизнь. Выбор пути: безопасная дорога в школу</b>	6	Школьная жизнь начинается с дороги. Выбор безопасного пути в школу.	1	<i>Выполнять самоанализ и самооценку поведения (на дорогах и улицах). Практическая деятельность: правильно выбирать безопасные маршруты от дома до школы. Участвовать в учебном диалоге: анализ жизненных ситуаций. Совместная деятельность в парах: оценивать информацию, представленную в иллюстрациях. Практическая деятельность: анализировать и обобщать информацию, представленную в иллюстрациях; характеризовать дорожные знаки. Совместная деятельность в парах: составить рассказ для младшего школьника. Участвовать в учебном диалоге: обсуждение ситуаций, связанных с «дорожными ловушками». Совместная деятельность в группах: анализировать иллюстративный материал</i>	
		Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения.	1		
		Оценивание дорожной ситуации с позиций безопасности. Практическая работа: анализ и обобщение информации, представленной в иллюстрациях; анализ и характеристика дорожных знаков.	1		
		Дорожное движение в населённом пункте и за городом. Безопасная дорога.	1		
		Правила поведения на дорогах и улицах. «Дорожные ловушки»: способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций	1		
		Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира в разных видах транспорта	1		
<b>Правила поведения в школе</b>	5	Общие правила поведения в школьном помещении и во дворе школы.	1	<i>Анализировать иллюстративный материал: актуализация имеющегося опыта. Совместная деятельность в группах: составлять памятку «Правила поведения в школе». Участвовать в учебном диалоге «Правила поведения в школе». Выполнять самоконтроль и самооценку поведения (ответы на вопросы). Обсуждать жизненные ситуации: поведение, которое может привести к беде. Практическая деятельность: анализировать ситуацию, связанную с общением, поиск правильного решения; язык мимики и жестов. Оценивать информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка». Совместная деятельность в группах: читать и изучать схему эвакуации при пожаре в школе. Обсуждать текст: правила поведения при пожаре</i>	
		Поведение на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой. Безопасное общение.	1		
		Первая помощь при сотрясении мозга, ушибах и кровотечениях. Помощь заболевшему ребёнку.	1		
		Ориентирование в школьных помещениях. Меры предупреждения пожаров, правила эвакуации при пожаре.	1		
		Помощь при отравлении угарным газом и при ожогах	1		
<b>Проектная деятельность</b>	2	<i>Исследовательская деятельность по темам: «Слух человека и животных. Сравнительная характеристика»</i>	1	<b>Определение целей деятельности, составление плана действий по</b>	

		<i>Исследовательская деятельность по темам: «Как сохранить обоняние?», «Богатство вкусовых ощущений. Как со- хранить его?».</i>	1	достижению результата творческого характера. Предполагать, какая информация нужна. Организовывать взаимодействие в группе (распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)	
<b>6 класс</b>					
<b>Раздел</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Темы</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Основные виды деятельности обучающихся (на уровне УУД)</b>	<b>Основные направления воспитательной деятельности</b>
<b>Введение</b>	2	Необходимость изучения предмета ОБЖ. Характеристика понятий «жизнедеятельность», «безопасность», «здоровый образ жизни», «ситуация, опасная для жизни», «чрезвычайная ситуация».	1	Анализировать информацию, представленную в тексте учебника.	
		Символическое изображение правил ОБЖ. Человеческий фактор как основная причина возникновения чрезвычайных ситуаций.	1	Оценивать проблемные ситуации	
<b>На игровой площадке</b>	10	Подготовка к прогулке.	1	<p>Читать и анализировать текст учебника «Подготовка к прогулке», «Крылатые качели». Формулировать правила безопасного обращения с качелями, велосипедом.</p> <p>Участвовать в учебном диалоге: правила езды на велосипеде, роликовых коньках.</p> <p>Оценивать информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка».</p> <p>Практическая деятельность: уметь оказывать первую помощь при травмах. Читать и анализировать текст «Собака не всегда друг».</p> <p>Участвовать в учебном диалоге: анализ и оценка жизненных ситуаций (стоит ли рисковать). Практическая работа: оценивать</p>	
		Выбор одежды и обуви с учётом погоды и планируемых подвижных игр.	1		
		Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием на площадке, при езде на велосипеде.	1		
		Правила проведения спортивных игр (футбол, волейбол, хоккей и др.) при небольших размерах игровой площадки и близости дороги или шоссе.	1		
		Зимние игры, безопасность при езде на санках, ледянках.	1		
		Первая помощь при переломах и вывихах. Поиск подростками «приключений»: оправдан ли риск.	1		
		Практическая работа: первая помощь при травмах.	1		
		Практическая работа: первая помощь при травмах.	1		

		Животные на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой.	1	позы и мимику собаки; уметь оказывать первую помощь при укусе собаки.	
		Первая помощь при укусе собаки. Практическая работа: оценка поз и мимики собаки; первая помощь при укусе.	1		
На природе	5	Ориентирование на местности. Что такое ориентир.	1	Практическая деятельность: ориентироваться на местности; измерять расстояние на местности. Анализировать правила поведения в лесу («Если ты заблудился»)	
		Ориентирование по компасу, солнцу и часам, Полярной звезде; местным признакам.	1		
		Практические работы (в классе, на участке школы, в ближайшем парке): ориентирование на местности разными способами.	1		
		Измерение расстояния на местности	1		
		Практические работы (в классе, на участке школы, в ближайшем парке): измерение расстояний на местности.	1		
Природа полна неожиданностей!	15	Характеристика опасностей, которые могут встретиться во время прогулок на природе.	1	Актуализация имеющегося опыта: правила поведения на экскурсиях. Участвовать в учебном диалоге: работа с иллюстрациями и текстами учебника. Совместная деятельность в парах: анализировать и оценивать опасности неправильного поведения. Оценивать информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка». Участвовать в учебном диалоге: выбор места для купания. Формулировать правила купания и катания на лодках. Совместная деятельность в парах: освоить правила нахождения на льду, правила организации переправы	
		Общие правила поведения во время экскурсий в природу.	1		
		Правила поведения в экстремальных ситуациях (при потере ориентиров на незнакомой местности и др.).	1		
		Опасные встречи (звери, насекомые, змеи).	1		
		Первая помощь при укусе насекомого, змей.	1		
		Практическая работа: оказание помощи при укусе насекомых и змей.	1		
		Определение ядовитых растений и грибов по внешнему виду.	1		
		Правила поведения на водоёмах.	1		
		Выбор и оценка места для купания.	1		
		Первая помощь при судорогах, солнечном ударе, утоплении.	1		
		Практическая работа: первая помощь при судорогах, солнечном ударе, утоплении.	1		
		Оценка состояния льда в осеннее и весеннее время.	1		
		Правила безопасного поведения на льду.	1		
		Переправа через водные преграды	1		
		Практическая работа: организации переправы.	1		
Проектная деятельность	2	Чтобы экскурсия в природу была безопасной.	1	<i>Работа по составленному плану с сопоставлением получающегося результата с</i>	
		Презентации проекта	1		

				<i>исходным замыслом. Отбирать необходимые словари, энциклопедии, справочники, электронные диски. Оформлять свои мысли в устной и письменной речи с учётом своих учебных и жизненных речевых ситуаций, в том числе с применением средств ИКТ</i>	
--	--	--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

## 7 класс

Раздел	Кол-во часов	Темы	Кол-во часов	Основные виды деятельности обучающихся (на уровне УУД)	Основные направления воспитательной деятельности
Введение	2	Характеристика понятий «жизнедеятельность», «безопасность», «здоровый образ жизни», «ситуация, опасная для жизни», «чрезвычайная ситуация», «природная катастрофа», «техногенная катастрофа».	1	Анализировать информацию, представленную в тексте учебника. Оценивать проблемные ситуации	
		Составление словарика: характеристика понятий, необходимых при изучении ОБЖ.	1		
Туристский поход	20	Значение туризма в жизни человека. Туризм — способ укрепления здоровья и эмоционального благополучия человека.	1	Конструировать план многодневного туристского похода. Практическая деятельность: собирать снаряжение к походу, правильно выбирать спортивную одежду и обувь; определять режим дня, режим питания и меню. Совместная деятельность в группах: анализировать текстовую и иллюстративную информацию. Конструировать таблицы, схем, диаграммы. Аналитическая деятельность: оценивать ситуации,	
		История туризма в мире и в нашей стране. Тематика и цели туризма.	1		
		Общие правила организации туристского похода.	1		
		Подготовка к походу: требования к снаряжению.	1		
		Одежда и обувь для турпохода. Личные вещи в походе.	1		
		Особенности продуктов питания, которые берутся в поход. Виды рюкзаков. Правила упаковки рюкзака. Спальный мешок.	1		
		Практическая работа: заполнение таблицы «Что мы берём в поход» (анализ иллюстраций учебника).	1		
		Режим дня в однодневном и многодневном турпоходе. Сочетание передвижения и отдыха.	1		
		Практическая работа «Режим дня в многодневном туристском походе».	1		

		Правила организации ночлега, отдыха, передвижения. Режим питания в турпоходе.	1	отражающие поведение туристов, возникновение неожиданных, чрезвычайных ситуаций. Коммуникативная деятельность: участвовать в учебном диалоге (формулировать собственное мнение, выстраивать реплики, дополнения, уточнения высказываний участников); выстраивать монологическое высказывание. Регулятивная деятельность: овладевать навыками самоконтроля и самооценки поведения	
		Практическая работа организация бивака	1		
		Характеристика чрезвычайных и неожиданных ситуаций, их предвидение и ликвидация возможных причин.	1		
		Первая помощь при болезнях, травмах. Аптечка туриста. Записная медицинская книжка туриста.	1		
		Полезные для туриста лекарственные растения.	1		
		Игра-соревнование: «Приготовление походной каши».	1		
		Предупреждение возможных случаев отравления грибами и ягодами.	1		
		Практическая работа: сравнение особенностей ядовитых и съедобных грибов.	1		
		Меры безопасности при пользовании водой из природных водоемов.	1		
		Практическая работа: составление памятки «Питьевой режим и меню питания туристов в походе (на экскурсии)».	1		
		Первая помощь при отравлении, простуде, ожоге, укусе насекомых и змей	1		
<b>Когда человек сам себе враг</b>	<b>9</b>	Причины возникновения вредных привычек.	1	Коммуникативная деятельность: участвовать в обсуждении проблемы вредных привычек; участвовать в диалоге с врачами — профессионалами в лечении алкогольной зависимости. Аналитическая деятельность: оценивать информацию, представленную в текстовом и иллюстративном виде.	
		При каких обстоятельствах человек сам себе враг.	1		
		Негативное влияние вредных привычек на здоровье, самочувствие, успешность обучения и умственную деятельность подростка.	1		
		Вред алкоголя для организма подростка, его здоровья и самочувствия. Встреча с врачом: вред алкоголя для здоровья и самочувствия подростков.	1		
		Отрицательное влияние алкоголя на умственное развитие и успешность обучения школьника.	1		

		Истоки традиционного отношения русского народа к злоупотреблению алкоголем.	1	оценивать информацию, представленную в текстовом и иллюстративном виде.  Рефлексивная деятельность: оценивать своё отношение к вредным привычкам	
		Встреча с работником правоохранительных органов: алкоголь и преступления.	1		
		«Мода» на курение среди молодёжи. Медицинские исследования о вреде курения на растущий организм.	1		
		Самовоспитание: противодействие желанию закурить. Встреча с бывшим курильщиком: «Почему я бросил курить».	1		
Проектная деятельность	2	Вредные и опасные привычки.	1	Понимание причин возникающих затруднений и поиск способов выхода из ситуации. При необходимости отстаивать свою точку зрения, аргументируя ее. Учиться подтверждать аргументы фактами.	
		Обсуждение сообщений и презентаций, подготовленных группами учеников.	1		
Обобщение пройденного	1	Решение тестовых заданий	1		

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания ШМО учителей:  
технологии, ОБЖ, физической культуры МО  
Белоглинского района от 31.08.2021 г. № 1  
руководитель ШМО Д.Н. Куркин

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР  
И.Н. Заева  
31 августа 2021 г.



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

Общество с ограниченной ответственностью

«Институт Промышленных Технологий»

Лицензия Министерства \_\_\_\_\_ в науке  
Курс повышения квалификации  
Серия 21.301 №0005216 Рег.№004334 от 21.04.2017

Удостоверение является  
документом о повышении  
квалификации

Регистрационный номер ПК-28/11-ТО-47

## УДОСТОВЕРЕНИЕ

о повышении квалификации

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

**Куркин Дмитрий Николаевич**

в период с «14» ноября 2022 г. по «28» ноября 2022 г.

прошел(а) повышение квалификации в

ООО «Институт Промышленных Технологий»

по дополнительной профессиональной программе  
«Противодействие терроризму в организациях»

в объеме 72 часа.

Директор

Татьянина А.А.

Секретарь

Щербак И.П.

Город Ейск

2022

102



РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ

Общество с ограниченной ответственностью

«Институт Промышленных Технологий»

Министерство образования и науки  
Курс по программе «Эксперт»  
Свидетельство №0005216 Рег. №05334 от 21.04.2019

Удостоверение является  
документом о повышении  
квалификации

Регистрационный номер ПК-72ГО-132

## УДОСТОВЕРЕНИЕ

о повышении квалификации

Настоящее удостоверение свидетельствует о том, что

**Куркин Дмитрий Николаевич**

в период с «05» декабря 2022 г. по «15» декабря 2022 г.

прошел(а) повышение квалификации в

ООО «Институт Промышленных Технологий»

по дополнительной профессиональной программе  
**«ОБУЧЕНИЕ РУКОВОДИТЕЛЕЙ, ДОЛЖНОСТНЫХ ЛИЦ И  
СПЕЦИАЛИСТОВ В ОБЛАСТИ ГРАЖДАНСКОЙ  
ОБОРОНЫ, ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ И ЛИКВИДАЦИИ  
ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ»**

в объеме 72 часа

Президент  
аттестационной комиссии **Куркин Б.Г.**

Директор **Готьямина А.А.**

Секретарь **Шербак Н.П.**

Итого 72 часа 2022 год



**КУРКИН  
Дмитрий  
Николаевич**

№ 3759/19нз

**Награжден  
нагрудным знаком**

**«Почетный работник  
воспитания и просвещения  
Российской Федерации»**

Министр просвещения  
Российской Федерации

О.Ю. Васильева

приказ Минпросвещения России  
от 26 сентября 2019 г.  
№ 85



# БЛАГОДАРСТВЕННОЕ ПИСЬМО

Министерство образования, науки и молодежной политики  
Краснодарского края

*поощряет*

**Куркина**  
**Дмитрия Николаевича,**  
преподавателя-организатора основ безопасности жизнедеятельности  
и учителя технологии муниципального бюджетного  
общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная  
школа № 20 имени А.К. Первалова Белоглинского района»,

за успешное проведение государственной итоговой  
аттестации по образовательным программам  
среднего общего образования в 2020 году

Исполняющий  
обязанности министра



Е.В. Воробьева

Приказ от 25 сентября 2020 года № 2611  
г. Краснодар