

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение

"Средняя общеобразовательная школа №22"

РАССМОТРЕНО

на заседании МО учителей
естественно-научного цикла
Руководитель МО

Умеренкова А.Н.
№ 8 от «30» мая 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по УВР

Бутусова А.А.
№ 8 от «30» мая 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ «СОШ №22»

Цуканова Е.В.
№ 8 от «30» мая 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОБЖ»
ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Составил: Холодов Алексей Иванович

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе авторской образовательной программы под общей редакцией А.Т. Смирнова (программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-11 классов общеобразовательных учреждений, авторы А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников, М.В. Маслов - М.: Просвещение, 2018 г.) .

Место предмета в учебном плане: 1 час в неделю, 34 учебных занятия за год обучения

Предлагаемая программа рассчитана на изучение курса в 5 классе.

Безопасность жизнедеятельности», который обеспечивает овладение учащимися минимума знаний в чрезвычайных ситуациях.

Цели и задачи курса:

- ✓ Изучение правил обеспечения безопасности на транспорте;
- ✓ Продолжение изучения правил пожарной безопасности, действий учащихся при пожаре;
- ✓ Ознакомление с опасностями, угрожающими человеку в современной повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера;
- ✓ Знакомство с мерами по профилактике травм в школьном возрасте;
- ✓ Изучение и освоение основ медицинских знаний и правил оказания первой медицинской помощи;
- ✓ Иметь представление об основных видах здорового образа жизни;
- ✓ Знать основные понятия и основные термины правил дорожного движения.

Основные задачи, решение которых обеспечивает достижение цели:

- ✓ дать: знания о здоровье и ЗОЖ; знания о правилах поведения в экстремальных ситуациях;
 - ✓ научить: говорить, слушать, искать знания; оказать помощь;
 - ✓ воспитать: культуру мышления; культуру общения;
 - ✓ формировать: достоинство, нравственные убеждения;
- развить: способности, память, внимание; самоконтроль. «Основ безопасности жизнедеятельности» в основной школе в течение 35 часов учебного времени в год. Минимальное количество учебных часов в неделю – 1.
- ✓ Программа полностью реализует требования образовательного стандарта «

Обстановка, складывающаяся в стране в области безопасности, настоятельно требует пересмотра системы подготовки подрастающего поколения россиян в области безопасности жизнедеятельности на основе комплексного подхода к формированию у них современного уровня культуры безопасности. Такой подход будет способствовать снижению отрицательного влияния «человеческого фактора» на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, связанных с различными опасными и чрезвычайными ситуациями, в том числе с терроризмом, наркотизмом и военными угрозами.

Под культурой безопасности жизнедеятельности следует понимать способ организации деятельности человека, представленный в системе социальных норм, убеждений, ценностей, обеспечивающих сохранение его жизни, здоровья и целостности окружающего мира.

Формирование современного уровня культуры безопасности является общешкольной задачей, так как изучение всех школьных предметов

вносит свой вклад в формирование современного уровня культуры безопасности, но при этом ключевая роль принадлежит предмету «Основы безопасности жизнедеятельности». В то же время предмет ОБЖ через собственную систему образовательных модулей реализует подготовку учащихся к безопасной жизнедеятельности в реальной окружающей их среде – природной, техногенной и социальной.

Структурно программа курса состоит из трех основных разделов: безопасность человека в опасных и чрезвычайных ситуациях, основы медицинских знаний, основы здорового образа жизни. В курсе «Основы безопасности жизнедеятельности и Культура здоровья» расширен раздел основы здорового образа жизни. Актуальность данной программы обусловлена тем, что в последнее время очевидна тенденция к ухудшению состояния здоровья населения России, а современную школу стали называть «школой болезней».

Изучение курса, позволяет обучающимся получить систематизированное представление о личном здоровье, здоровом образе жизни, здоровье населения, об опасностях, о прогнозировании опасных ситуаций, оценке влияния их последствий на здоровье и жизнь человека и выработке алгоритма безопасного поведения с учетом своих возможностей.

Содержание курса включает теорию здорового образа жизни, защиты человека в различных ситуациях, первой медицинской помощи, а также практические занятия по оказанию первой медицинской помощи, правилам поведения в экстремальных ситуациях (через решение ситуационных задач, практических навыков эвакуации, занятий в игровой форме, изучение в реальной обстановке возможных в повседневной жизни опасных ситуаций).

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности и культура здоровья» направлен на формирование у учащихся активных и сознательных действий в настоящем и будущем, ориентированных на:

- улучшение собственного физического и психического здоровья;
- отказ в образе жизни от поведения, наносящего вред своему здоровью и здоровью окружающих;
- нетерпимое отношение к неправильному гигиеническому поведению других людей и к ухудшению условий окружающей среды, наносящих ущерб здоровью;
- сознательное участие в охране здоровья и формировании среды, способствующей здоровью, особенно условий труда и быта;
- адекватное поведение в случае болезни, особенно хронической, направленной на выздоровление.

Учебные вопросы распределяются с учетом возрастных и психологических особенностей обучающихся и уровня их подготовленности по другим основным образовательным программам.

Изучение программы «Основы безопасности жизнедеятельности и Культура здоровья» в каждом классе целесообразно заканчивать проведением практических занятий с целью закрепления полученных знаний, умений и навыков по темам программы.

Логическим продолжением курса является внеурочная работа, которая включает в себя мероприятия направленные на формирование навыков безопасного поведения и навыков здорового образа жизни, проведение тренировочных эвакуаций по различным вводным.

Контроль за знаниями, умениями и навыками проводится по окончанию изучения темы в виде контрольных работ, тестов, практических работ, рефератов и других творческих работ, а также проводится текущий контроль. Используются разноуровневые тестовые задания.

Содержание учебной программы «Основы безопасности жизнедеятельности»

5 класс

Основы безопасности личности, общества и государства

Тема 1. Личная безопасность в повседневной жизни

Роль городов в развитии человеческого общества. Особенности современных городов, их деление в зависимости от количества жителей. Система жизнеобеспечения современных городов. Наиболее характерные опасные ситуации для человека, которые могут возникнуть в городе.

Система обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом. Бытовые приборы, используемые человеком в повседневной жизни. Возможные опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище; меры по их профилактике.

Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат города. Особенности природной среды в городе. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды..

Особенности социальной среды в городе с учетом его предназначения (город-столица, город-порт и др.). Зоны повышенной криминогенной опасности, зоны безопасности в городе. Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе: со взрослыми и сверстниками, с незнакомым человеком.

Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях. Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в городе. Основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.

Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище; личная безопасность при пожаре.

Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Общие правила безопасного поведения в быту. Безопасное обращение с электроприборами, с бытовым газом, со средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером. Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.

Тема 2. Безопасность на дорогах и на транспорте

Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения.

Регулирование дорожного движения; дорожная разметка; дорожные знаки; светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения.

Пешеход - участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге.

Пассажир, общие обязанности пассажира. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом.

Меры безопасности при поездке железнодорожным, авиационным, речным и морским транспортом.

Тема 3. Опасные ситуации социального характера

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации.

Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома.

Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасных ситуаций. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знания расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и др.). Умение соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе. Взрывное устройство на улице.

Тема 4. Загрязнение среды обитания

Загрязнение воды, воздуха и почвы.

Тема 5. Средства индивидуальной защиты органов дыхания

Виды противогазов и правила пользования противогазом.

Оказание первой помощи

Тема 6. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Виды ранений, их причины и первая помощь.

Общая характеристика кровотечений. Оказание первой помощи при кровотечении.

Тема 7. Основы здорового образа жизни

Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.

Основные составляющие здорового образа жизни. Режим дня и умение рационально распределять свое время.

Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Систематические занятия физической культурой - обязательные условия для укрепления и сохранения здоровья.

Влияние компьютера и телевизора за здоровье человека.

Физическое и нравственное взросление человека.

Календарно-тематическое планирование.

<i>№ п/п</i>	<i>Наименование разделов и тем</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Количество часов</i>	
			<i>теоретические</i>	<i>практические</i>
1	Раздел 1. Личная безопасность в повседневной жизни	11	11	
2	Раздел 2. Безопасность на дорогах и на транспорте	6	6	
3	Раздел 3. Опасные ситуации социального характера	4	3	1

4	Раздел 4. Загрязнение среды обитания	3	3	
5	Раздел 5. Средства индивидуальной защиты органов дыхания	2	1	1
6	Раздел 6. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	3	2	1
7	Раздел 7. Основы здорового образа жизни	5	5	
	Итого:	34		

Требования к уровню подготовки учащихся 5 класса.

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности в 5 классе ученик должен знать:

- ✓ потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- ✓ основные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях;
- ✓ наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия;
- ✓ Знать правила обеспечения безопасности на современном транспорте;
- ✓ Объяснять основные правила дорожного движения, правильность определения знаков ДД;
- ✓ Уметь правильно оценить ситуацию при пожаре;
- ✓ Знать правила безопасного поведения в быту, предупреждение травм в школьном возрасте;
- ✓ Уметь пользоваться системой обеспечения безопасности (милиция, скорая помощь, пожарная охрана);
- ✓ Иметь знания по оказанию первой медицинской помощи.

Ученик должен уметь:

- ✓ предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам;

- ✓ принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций;
- ✓ пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- ✓ оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.
- ✓ Кроме того, учащиеся должны обладать компетенциями по использованию полученных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни для:
 - ✓ – обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
 - ✓ — подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных;
 - ✓ — оказания первой медицинской помощи пострадавшим;
 - ✓ — выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни.

Требования к уровню усвоения дисциплины.

Оценка «5» - ответ не требует дополнений, весь материал изложен в полном объеме. Речь хорошая.

Оценка «4» - в изложении материала допущены незначительные ошибки, неточности.

Оценка «3» - в усвоении и изложении материала имеются существенные пробелы, изложение не самостоятельное (наводящие вопросы учителя, помощь учащихся), в ответе имеются существенные ошибки.

Оценка «2» - основное содержание материала по вопросу не раскрыто.

Учебно-методическое обеспечение по ОБЖ (5 класс).

Учебник	Литература для учителя	Литература для учащихся	Интернет-ресурсы
ОБЖ: 5-й класс: учебник для ОУ/ В.В Поляков, М.И. Кузнецов, В.В.Марков, В.Н.Латчук-М.:Дрофа,2017	1. 5-9 класс поурочные разработки// В.В Поляков, М.И. Кузнецов, В.В.Марков, В.Н. Латчук 2.ОБЖ, 5-8 кл. Школьный курс в тестах, играх, кроссвордах, заданиях с картинками /авт-сост.	1.Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся /А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников/ Из-во : «Просвещение», 2017 2. Вишневская Е.Л., Барсукова Н.К., Широкова Т.И. Основы	1.ОБЖ. 5 – 11 классы. Электронная библиотека наглядных пособий / Министерство образования Российской Федерации, 2018 // ООО «Кирилл и Мефодий», 2003.

	<p>Г.П.Попова. Волгоград: Учитель,2005 3.ОБЖ тесты:5 класс к учебнику И.К.Топорова ОБЖ 7-8 класс /С.С.Соловьев М.: Изд-во «Экзамен», 2017 г.</p>	<p>безопасности жизнедеятельности ОМЗ и охрана здоровья, М.:Русское слово, 1995. 3. Фролов М.П., Спиридонов В.Ф. Безопасность на улицах и дорогах Учебное пособие для 5 классов М.: ООО «Издательство АСТ-ЛТД»,1997</p>	<p>2. АРМ преподавателя- организатора ОБЖ. Электронное пособие / Петров Н.Н, Тихомиров А.Ю. // ГОУ ДПО ЧИППКРО, Челябинск, 2007.</p>
--	--	---	--

Календарно-тематический план

№ урока	Тема урока (главы)	Количество	Тип, форма урока	Содержание учебного материала	Выполнение к уровню подготовки		Форма контроля	Дата факт	Дата план	Домашнее задание
					Знания	Умения				
1	<p>Тема: личная безопасность человека в повседневной жизни</p> <p>Особенности города как среда обитания человека.</p>	11 1	П.и. м.	Наличие зон повышенной опасности. Алгоритм поведения.	Понятия: зона, опасность.	Определить зоны опасности. Соблюдать алгоритм поведения.	Устный опрос			Конспект (тема №1)
2	Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).	1	П.и. м.	Система обеспечения безопасности в городе. Организация обеспечения жизнедеятельности человека в городе. Основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.	Номера служб безопасности. ЧС, основные службы города, основные службы. И их задачи 01,02,03,04	Уметь вызывать службы безопасности	тест			П.2 задание 1-6

3	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире)	1	П.и. м.	Причины возникновения опасных ситуаций в доме. Их меры предупреждения.	Причины опасных ситуаций и меры профилактики	Умение работать с учебником, выделять главное	зачет			П. 3 стр.20 вопросы 1-4
4	Пожар.	1	Пер. из.м.	Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной	Причины возгорания в жилище. Личная безопасность при пожаре.	Владеть основными правилами поведения при пожаре.	Словарный диктант			П.4, рис. Средств тушения задач и 1-4 стр.29-30
5	Затопление квартиры	1	Из.н. м.	Причины, последствия, меры профилактики и действия при затоплении квартиры	Причины, действия при затоплении квартиры	Предотвращать и действовать при затоплении	Тест			П.5 Задачи 5,6, вопросы 1-4
6	Электричество	1	Пер. из.мат.	Последствия и причины поражения электрическим током. Меры безопасности.	Последствия и причины поражения электрическим током.	Как действовать при угрозе поражения электрическим током	Устный опрос			П.6 Задача 7, ?1-3

7	Опасные вещества и продукты питания	1	Из.н. м.	Группы опасности веществ. Бытовой газ, действия при утечке. Правила пользования лекарствами и бытовой химией. Профилактика пищевых отравлений.	Бытовой газ, угарный газ, действия при утечке. Правила пользования лекарствами и бытовой химией. Профилактика пищевых отравлений.	Действия при отравлении бытовым газом и продуктами питания.	Самос. раб			П.7,стр 45 задача 8-10 ?1-7
8	Взрыв и обрушение дома	1	Из.н. м	Действия при взрыве.	Действия при взрыве.	Действовать при взрыве и в завале.	тест			П. 8. Задача 12
9	Захлопнулась дверь (потерялись ключи, сломался замок)	1	Из.н. м	Действия при потере ключей.	Действия при потере ключей.	Действия при потере ключей.	Ситуационные задачи			П. 9 Задача 13
10	Опасность толпы	1	Из.н. м.	Как уцелеть в толпе.	Как уцелеть в толпе.	Как уцелеть в толпе.	Фронтальный			П.10 Задача 14,

13	Безопасное поведение пассажиров и пешеходов	1	Из.н. м.	Пассажир, пешеход, обязанности пассажира и пешехода. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Особенности перевозки пассажира грузовым транспортом. Правила безопасного поведения пешехода на дорогах	Определения: пассажир, пешеход. Правила перехода улиц и дорог, пассажира в автобусе, легковом автомобиле, на мотоцикле	Использовать умения для обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах. Переход проезжей части	тест			Вопросы в тетрадь и Задача 17
14	Безопасность общественном транспорте автомобиле	1	Из.н. м.	Правила посадки и выхода из общественного транспорта, особенности троллейбуса, трамвая, метро. Меры по обеспечению личной безопасности в легковом автомобиле.	Определения: метро, эскалатор, перрон, зоны опасности в метро. ПБП в общественном транспорте, легковом автомобиле.	Использовать знания при пользовании общественным и автомобильным транспортом.	Ситуационные задачи			П.14, задачи 18-23

15	Железнодорожный транспорт	1	Из.н. м.	Опасные зоны ж/д транспорта: вагоны, ж/д переезды, ж/д вокзалы, ж/д пути, посадочные платформы. Меры безопасности, действия при крушении поезда и пожаре	Знать: опасные зоны ж/д транспорта, ПБП при крушении и пожаре.	Выполнять правила личной безопасности на ж/д транспорте	Устный опрос			П. 15, задача 24, составить подобную
16	Авиационный транспорт	1	Из.н. м.	Правила безопасного поведения в самолете, опасные ситуации и ПБП при их возникновении.	Знать: возможные опасные ситуации в самолете, ПБП при их возникновении	Уметь найти кислородную маску, группироваться при возникновении опасной ситуации, надевать спасательный жилет, пользоваться аварийным трапом	Тест			П. 16, задача 25, составить 3 ?

17	Морской речной транспорт	1	Из.н. м.	Правила безопасного поведения, возможные опасные ситуации и ПБП при их возникновении.	Знать: возможные опасные ситуации и ПБП при их возникновении, правила посадки на спасательное средство.	Уметь пользоваться спасательным жилетом, действовать в ситуации «человек за бортом», правильно вести себя оказавшись в воде	Ситуационные задачи				П.17, задача 26
18	Тема: Опасные ситуации социального характера Психологические основы самозащиты	4 1	Из.н. м.	Криминогенные ситуации в городе. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации: язык жестов, преодолении страхов, ПБП о опасных ситуациях	Криминогенные ситуации, язык жестов, что нужно и не нужно делать в опасных ситуациях	Соблюдать правила безопасного поведения в опасных ситуациях	Устный опрос				П.18,

19	Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде	1	Из.н.м	Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Попытка проникнуть в квартиру, когда вы в ней один. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома.	Происшествия в жилище, ПБП в подъезде	Правила поведения, если ты один в квартире, пользование телефоном, если дверь квартиры кто-то пытается открыть	Самостоятельная работа				П.19, задача 27, 28
20	Обеспечение личной безопасности на улице, опасные домогательства	1	Из.н.м.	Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасные ситуации. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание расположения безопасных зон в городе. Как избежать опасных домогательств	Безопасные зоны.	Снижение риска самому стать жертвой преступления.	тест				П. 20, Задача 29

21	Правила поведения при захвате в заложники	1	Из.н. м.	Заложник. ПБП, чтобы не стать жертвой. Действия при захвате в заложники и во время освобождения.	определение заложник, ПБП при захвате в заложники и во время освобождения	Соблюдать правила, чтобы не стать жертвой захвата в заложники.	Контрольная работа			П. 21, задача 30,
22	Тема: загрязнение среды обитания Загрязнение воды	3 1	Из.н. м	Качества питьевой воды, способы очистки воды в домашних условиях.	Качества питьевой воды, способы очистки воды в домашних условиях.	Способы очистки воды в домашних условиях.	Индивидуальная работа по карточкам			П. 22, сделать фильтр

23	Загрязнение воздуха	1	Из.н. м.	Состав воздуха, загрязнители воздуха, правила, чтобы дышать чистым воздухом	Состав воздуха, загрязнители воздуха, правила, чтобы дышать чистым воздухом	Правила, чтобы дышать чистым воздухом	Самостоятельная работа			П.23, составить 2 ?
24	Загрязнение почвы	1	Из.н. м.	Значение почвы, загрязнители опустынивание, способы очистки почвы, возбудители инфекций, живущие в почве, меры профилактики от них.	Значение почвы, загрязнители, опустынивание, способы очистки почвы, возбудители инфекций, живущие в почве, меры профилактики от них.	Правила безопасного поведения при работе с землей.	зачет			П. 24, Задание в тетради

25	Тема: средства индивидуаль ной защиты органов дыхания. Фильтрующи е противогазы	2								
	1	Из.н. м.	Виды противогазов, строение и определение размера противогаза.	Виды противогазов, строение и определение размера противогаза.	Практическое упражнение определение размера шлем- маски	Практи ческое упр.				П.25,
26	Пользование противогазом	1	Из.н. м.	Положения противогаза: «походное», «наготове», «боевое», правила надевания противогаза, пользование поврежденным противогазом.	Положения противогаза, правила надевания и пользование поврежденны м противогазом.	Правила надевания и пользование поврежденным противогазом.	Практи ческое упр.			П. 26, упр.

27	<p>Тема: ПП и правила ее оказания.</p> <p>Виды ранений, их причины и первая помощь</p>	1	Из.н. м.	<p>Рана, признаки ранений и закрытых повреждений. Причины ран, пп при небольших повреждениях.</p>	<p>Рана, признаки ранений и закрытых повреждений. Причины ран, пп при небольших повреждениях.</p>	<p>Оказание пп при небольших повреждениях.</p>	тест			<p>П.27, задачи 31, 32 Основн ые поняти я</p>
28	<p>Общая характеристика кровотечений</p>	1	Из.н. м.	<p>Кровотечение и его виды. Средства для оказания пп при капиллярном кровотечении</p>	<p>Кровотечение и его виды. Средства для оказания пп при капиллярном кровотечении</p>	<p>Уметь определять вид кровотечения</p>	тест			<p>П. 28,сост авить 5</p>

29	Первая помощь при кровотечении	1	Из.н. м.	Способы временной остановки кровотечений, правила наложения жгута и давящей повязки, максимальное сгибание конечности. Использование индивидуального перевязочного пакета. Пп при кровотечении из носа. Использование приподнятого положения поврежденной части тела.	Способы временной остановки кровотечений. Использование индивидуального перевязочного пакета. Пп при кровотечении из носа.	Выбирать необходимый способ остановки кровотечения, в зависимости от ситуации. Пп при кровотечении из носа. Использование приподнятого положения поврежденной части тела.	Ситуационные задачи			П. 29, задача 33
30	Тема: Основы здорового образа жизни. Движение и здоровье.	1	Из.н. м	Двигательная активность организма -необходимое условие укрепления здоровья. Гиподинамия, избыток движения и связанные с этим изменения.	Двигательная активность организма . Гиподинамия, избыток движения и связанные с этим изменения.	Упражнения для улучшения здоровья			П. 30, Упражнения для улучшения здоровья подобрать	

31	Нарушения осанки и причины их возникновения	1	Из.н.м	Нарушения осанки и причины их возникновения. сколиоз	Нарушения осанки и причины их возникновения. Сколиоз.	Упр. для сохранения правильной осанки.	тест			П.31,7, составить 3 ?
32	Телевизор и компьютер – друзья или враги?	1	Из.н.м	ПБП при работе с компьютером	ПБП при работе с компьютером	Упр. при работе с компьютером	Устный опрос			П.32,
33	Развитие и изменение организма	1	Из.н.м	Особенности изменения организма в возрасте 10-13 лет. Особенности работы щитовидной и половых желез.	Особенности изменения организма в возрасте 10-13 лет. Особенности работы щитовидной и половых желез.	Уход за собой.	зачет			П. 33,

34	Физиологическое и нравственное взросление человека	1	Из.н.м	Особенности физиологического и нравственного взросления человека	Особенности физиологического и нравственного взросления человека	Слабые и сильные черты характера человека (анализировать свои)	Тест			Подготовиться к дню защиты детей
----	--	---	--------	--	--	--	------	--	--	----------------------------------