**Поурочное планирование программы ОБЖ (5 класс)**

**1 час в неделю.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** **урока** | **№****раздела****темы и** **урока** | **Наименование раздела, темы и урока** | **Количество****часов** | **5 класс** | **Примечание** |
| **Раздел** | **Тема** | **а** | **б** | **в** | **г** | **д** |  |
|  | **I** | **Безопасность и защита человека в опасных ситуациях** | **16** |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 1 | Человек, среда его обитания, безопасность человека |  | 5 |  |  |  |  |  |  |
| 1 | 1.1 | Город как среда обитания |  | 1 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 2 | 1.2 | Жилище человека, особенности жизнеобеспечения |  | 1 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 3 | 1.3 | Особенности природных условий в городе |  | 1 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 4 | 1.4 | Взаимоотношение людей, проживающих в городе, и безопасность |  | 1 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 5 | 1.5 | Основы безопасности жизнедеятельности человека |  | 1 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  | 2 | Опасные ситуации техногенного характера |  | 6 |  |  |  |  |  |  |
| 6 | 2.1 | Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения |  | 1 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 7 | 2.2 | Пешеход. Безопасность пешехода. |  | 1 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 8 | 2.3 | Пассажир. Безопасность пассажира. |  | 1 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 9 | 2.4 | Водитель |  | 1 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 10 | 2.5 | Пожарная безопасность |  | 1 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 11 | 2.6 | Безопасное поведение в бытовых ситуациях |  | 1 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  | 3 | Опасные ситуации природного характера |  | 2 |  |  |  |  |  |  |
| 12 | 3.1 | Погодные условия и безопасность человека |  | 1 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 13 | 3.2 | Безопасность на водоёмах |  | 1 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  | 4 | Опасные ситуации социального характера |  | 3 |  |  |  |  |  |  |
| 14 | 4.1 | Криминогенные ситуации и личная безопасность. |  | 1 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 15 | 4.2 | Обеспечение личной безопасности дома |  | 1 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 16 | 4.3 | Обеспечение личной безопасности на улице |  | 1 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **II** | **Чрезвычайные ситуации** | **6** |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 5 | Чрезвычайные ситуации |  | 6 |  |  |  |  |  |  |
| 17 | 5.1 | Чрезвычайные ситуации природного характера |  | 1 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 18 | 5.2 | Чрезвычайные ситуации техногенного характера |  | 1 |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| 19,2021,22 | 5.3 | Практическое занятие по отработке действий в случае возникновения чрезвычайной ситуации природного или техногенного характера. |  | 4 |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  | **III** | **Основы здорового образа жизни** | **7** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 6 | Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни. |  | 3 |  |  |  |  |  |  |  |
| 23 | 6.1 | О здоровом образе жизни |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| 24 | 6.2 | Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья. |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| 25 | 6.3 | Рациональное питание. Гигиена питания |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| 26 | 6.4 | Вредные привычки и их влияние на здоровье человека |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| 27 | 6.5 | Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек (практическое занятие) |  | 1 |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  | **IV** | **Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи** | **8** |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | 7 | Первая медицинская помощь (ПМП) и правила ее оказания |  | 8 |  |  |  |  |  |  |  |
| 28,29 | 7.1 | ПМП при различных видах повреждений |  | 2 |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| 30,3132 | 7.2 | Оказание ПМП при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении (практическое занятиях) |  | 3 |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| 33,3435 | 7.3 | ПМП при отравлениях ( практическое занятие) |  | 3 |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
| **ВСЕГО ЧАСОВ** | **35** |