

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образованияи молодежной политики**

**Свердловской области**

**ИрбитскоеМО**

**МОУ"РудновскаяООШ"**

**УТВЕРЖДЕНО**

**Директор МОУ**

**"РудновскаяООШ"**

---

**ХайруллинаС.К**

**Приказ№78-од  
от «30» августа2024г.**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Учебного курса «Безопасность жизни»**

**дляобучающихся5-7 классов**

**с.Рудное  
2024**

## **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

Рабочая программа учебного курса «Безопасность жизни» (далее – БЖ) разработана на основе Концепции преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (утверждена Решением Коллегии Министерства просвещения Российской Федерации, протокол от 24 декабря 2018 г. № ПК-1 вн), требований к результатам освоения программы основного общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте (далее – ФГОС) основного общего образования (утверждён приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287) с учётом распределённых по модулям проверяемых требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования по учебному предмету ОБЖ, Примерной программы воспитания.

Настоящая программа обеспечивает:

- ясное понимание обучающимися современных проблем безопасности и формирование у подрастающего поколения базового уровня культуры безопасного поведения;
- прочное усвоение обучающимися основных ключевых понятий, обеспечивающих преемственность изучения основ комплексной безопасности личности на следующем уровне образования;
- возможность выработки и закрепления у обучающихся умений и навыков, необходимых для последующей жизни;
- выработку практико-ориентированных компетенций, соответствующих потребностям современности;
- реализацию оптимального баланса межпредметных связей и их разумное взаимодополнение, способствующее формированию практических умений и навыков.

В Программе содержание учебного предмета БЖ структурно представлено двумя модулями (тематическими линиями):

- модуль №1 «Основы безопасности личности, общества и государства»;
- модуль №2 «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».

### **ЦЕЛЬ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА «БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНИ»**

Целью изучения учебного предмета БЖ на уровне основного общего образования является формирование у обучающихся базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:

- способность построения модели индивидуального безопасного поведения на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин, механизмов возникновения и возможных последствий

различных опасных и чрезвычайных ситуаций, знаний и умений применять необходимые средства и приемы рационального и безопасного поведения при их проявлении;

– сформированность активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного безопасного поведения в интересах безопасности личности, общества и государства;

– знание и понимание роли государства и общества в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

### **МЕСТОПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

На изучение учебного предмета БЖ в 5 классе предусматривается в неделю – 1 час, всего - 34 часа; в 6 классе в первом полугодии в неделю – 1 час, всего - 17 часов; в 7 классе в первом полугодии в неделю – 1 час, всего - 17 часов.

## **СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

### **Модуль 1. «Основы безопасности личности, общества и государства».**

#### **Раздел 1. «Основы комплексной безопасности».**

##### **Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.**

- Пожарная безопасность.
- Безопасность на дорогах.
- Безопасность в быту.
- Безопасность на водоёмах.
- Экология и безопасность.

##### **Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях.**

- Подготовка к активному отдыху на природе.
- Активный отдых на природе и безопасность.
- Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности.
- Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде.

##### **Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.**

- ЧС природного характера.
- ЧС техногенного характера.
- Современный комплекс проблем безопасности социального характера.

#### **Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.**

##### **Организация защиты населения РФ от ЧС.**

- Правовые основы обеспечения защиты населения от ЧС мирного и военного времени.
- Организационные основы по обеспечению защиты населения от ЧС мирного и военного времени.
- Основные мероприятия, проводимые в РФ, по защите населения от ЧС мирного и военного времени.

#### **Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.**

##### **Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.**

- Основные причины возникновения терроризма и экстремизма.
- Противодействие терроризму в мировом сообществе.

##### **Нормативно-**

##### **правовая база борьбы с экстремизмом и терроризмом в Российской Федерации.**

- Положения Конституции РФ.
- Стратегия национальной безопасности РФ до 2020 г.
- Стратегия государственной антинаркотической политики РФ до 2020 г.
- Концепция противодействия терроризму в РФ.
- Содержание законов РФ о противодействии терроризму и экстремистской деятельности.
- Национальный антитеррористический комитет (НАК).
- Деятельность Федеральной службы контроля наркотиков России (ФСКН России) по остановке развития наркосистемы, изменению наркоситуации, ликвидации финансовой базы наркомафии.
- Профилактика наркозависимости.

### **Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.**

- Роль правоохранительных органов и силовых структур в борьбе с терроризмом и проявлениями экстремизма.
- Контртеррористическая операция.
- Участие ВС РФ в борьбе с терроризмом.

### **Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму.**

- Роль нравственной позиции и выработка личных качеств в формировании антитеррористического поведения.
- Влияние уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности на формирование антитеррористического поведения.
- Профилактика террористической и экстремистской деятельности.

### **Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и за участие в террористической и экстремистской деятельности.**

- Уголовный кодекс РФ об ответственности за антиобщественное поведение, участие в террористической и экстремистской деятельности.
- Наказание за участие в террористической и экстремистской деятельности.

### **Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта.**

- Взрывы в местах массового скопления людей.
- Захват воздушных и морских судов, автомашин и других транспортных средств и удержание в них заложников.
- Правила поведения при возможной опасности взрыва.
- Правила безопасного поведения, если взрыв произошел.
- Меры безопасности в случае похищения или захвата самолёта. Правила поведения при перестрелке.

## **Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

### **Раздел 4. Основы здорового образа жизни.**

#### **Здоровый образ жизни и его составляющие.**

- Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни.
- Составляющие здорового образа жизни.

#### **Факторы, разрушающие здоровье.**

- Вредные привычки и их влияние на здоровье (курение, употребление алкоголя, наркомания).
- Раннее половое созревание и их отрицательные последствия для здоровья человека.
- Инфекции, передаваемые половым путём, и их профилактика.

#### **Правовые аспекты взаимоотношения полов.**

- Семья в современном обществе.

### **Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказания первой помощи.**

#### **Оказание первой помощи.**

- Первая помощь и правила её оказания.
- Средства оказания первой помощи.
- Основные неинфекционные заболевания и их профилактика.
- Наиболее часто встречающиеся инфекционные заболевания, их возбудители, пути передачи, меры профилактики.
- Первая помощь при неотложных состояниях.
- Правила оказания первой помощи при неотложных состояниях.

#### **Первая помощь при массовых поражениях.**

- Комплекс простейших мероприятий по оказанию первой помощи при массовых поражениях.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО КУРСА**

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Настоящая Программа чётко ориентирована на выполнение требований, устанавливаемых ФГОС к результатам освоения основной образовательной программы (личностные, метапредметные и предметные), которые должны демонстрировать обучающиеся по завершении обучения в основной школе.

Личностные результаты достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения. Способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности и проявляются в индивидуальных социально значимых качествах, которые выражаются прежде всего в готовности обучающихся к саморазвитию, самостоятельности, инициативе и личностному самоопределению; осмысленному ведению здорового и безопасного образа жизни и соблюдению правил экологического поведения; к целенаправленной социально значимой деятельности; принятию внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, к окружающим людям и к жизни в целом.

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета БЖ, должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе.

#### **1. Патриотическое воспитание:**

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране;
- формирование чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга — защите Отечества.

#### **2. Гражданское воспитание:**

– готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; представление о способах противодействия коррупции; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении; готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней);

– сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства;

– понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, осмысление роли государства и общества в решении задачи защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

– знание и понимание роли государства в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации, формирование веротерпимости, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, развитие способности к конструктивному диалогу с другими людьми.

### **3. Духовно-нравственное воспитание:**

– ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать своё поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства;

– развитие ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключая употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесение иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;

– формирование личности безопасного типа, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности других людей.

#### **4. Эстетическое воспитание:**

– формирование гармоничной личности, развитие способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни;

– понимание взаимозависимости счастливого юношества и безопасного личного поведения в повседневной жизни.

#### **5. Ценности научного познания:**

– ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой; овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия;

– формирование современной научной картины мира, понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространённых видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места, социум, природа, коммуникационные связи и каналы);

– установка на осмысление опыта, наблюдений и поступков, овладение способностью оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей.

#### **6. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:**

– понимание личностного смысла изучения учебного предмета БЖ, его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства;

– осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям

меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

- умение принимать себя и других, не осуждая;
- умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, уметь управлять собственным эмоциональным состоянием;
- сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

### **7. Трудовое воспитание:**

– установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания; осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развития необходимых умений для этого; готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей;

– укрепление ответственного отношения к учёбе, способности применять меры и средства индивидуальной защиты, приёмы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

– овладение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях;

– установка на овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды).

### **8. Экологическое воспитание:**

– ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина

и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности экологической направленности;

– освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Метапредметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся межпредметных понятий (используются в нескольких предметных областях и позволяют связывать знания из различных дисциплин в целостную научную картину мира) и универсальных учебных действий (познавательные, коммуникативные, регулятивные); способностях использовать в учебной, познавательной и социальной практике. Выражаются в готовности к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории; овладению навыками работы с информацией: восприятие и создание информационных текстов в различных форматах, в том числе в цифровой среде.

Метапредметные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета БЖ, должны отражать:

#### **1. Овладение универсальными познавательными действиями.**

##### Базовые логические действия:

– выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);

– устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;

– с учётом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях; предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;

– выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;

– выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов; делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;

– самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учётом самостоятельно выделенных критериев).

### Базовые исследовательские действия:

- формулировать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между рассматриваемым и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) повседневной жизни;
- обобщать, анализировать и оценивать получаемую информацию, выдвигать гипотезы, аргументировать свою точку зрения, делать обоснованные выводы по результатам исследования;
- проводить (принимать участие) небольшое самостоятельное исследование заданного объекта (явления), устанавливать причинно-следственные связи;
- прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, а также выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

### Работа с информацией:

- применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учётом предложенной учебной задачи и заданных критериев;
- выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;
- находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;
- самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;
- оценивать надёжность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;
- эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Овладение системой универсальных познавательных действий обеспечивает сформированность когнитивных навыков обучающихся.

## **2. Овладение универсальными коммуникативными действиями.**

### Общение:

- уверенно высказывать свою точку зрения в устной и письменной речи, выражать эмоции в соответствии с форматом и целями общения, определять предпосылки возникновения конфликтных ситуаций и выстраивать грамотное общение для их смягчения;
- распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков и намерения других, уважительно, в корректной форме формулировать свои взгляды;

- сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;
- в ходе общения задавать вопросы и выдавать ответы по существу решаемой учебной задачи, обнаруживать различие и сходство позиций других участников диалога;
- публично представлять результаты решения учебной задачи, самостоятельно выбирать наиболее целесообразный формат выступления и готовить различные презентационные материалы.

#### Совместная деятельность(сотрудничество):

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной учебной задачи;
- планировать организацию совместной деятельности(распределять роли и понимать свою роль, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, подчиняться, выделять общую точку зрения, договариваться о результатах);
- определять свои действия и действия партнёра, которые помогали или затрудняли нахождение общего решения, оценивать качество своего вклада в общий продукт по заданным участниками группы критериям, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчёта перед группой.

Овладение системой универсальных коммуникативных действий обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

### **3. Овладение универсальными учебными регулятивными действиями.**

#### Самоорганизация:

- выявлять проблемные вопросы, требующие решения в жизненных и учебных ситуациях;
- аргументированно определять оптимальный вариант принятия решений, самостоятельно составлять алгоритм (часть алгоритма) и способ решения учебной задачи с учётом собственных возможностей и имеющихся ресурсов;
- составлять план действий, находить необходимые ресурсы для его выполнения, при необходимости корректировать предложенный алгоритм, брать ответственность за принятое решение.

#### Самоконтроль(рефлексия):

- давать адекватную оценку ситуации, предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, и вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств;
- объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретённому опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;
- оценивать соответствие результата цели и условиям.

#### Эмоциональный интеллект:

- управлять собственными эмоциями и не поддаваться эмоциям других, выявлять и анализировать их причины;
- ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого, регулировать способ выражения эмоций.

#### Принятие себя и других:

- осознанно относиться к другому человеку, его мнению, признавать право на ошибку свою и чужую;
- быть открытым себе и другим, осознавать невозможность контроля всего вокруг.

Овладение системой универсальных учебных регулятивных действий обеспечивает формирование смысловых установок личности (внутренняя позиция личности) и жизненных навыков личности (управления собой, самодисциплины, устойчивого поведения).

### **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Предметные результаты характеризуют сформированностью у обучающихся основ культуры безопасности жизнедеятельности и проявляются в способности построения и следования модели индивидуального безопасного поведения и опыте её применения в повседневной жизни.

Приобретаемый опыт проявляется в понимании существующих проблем безопасности и усвоении обучающимися минимума основных ключевых понятий, которые в дальнейшем будут использоваться без дополнительных разъяснений, приобретении систематизированных знаний основ комплексной безопасности личности, общества и государства, индивидуальной системы здорового образа жизни, антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, овладении базовыми медицинскими знаниями и практическими умениями безопасного поведения в повседневной жизни.

Предметные результаты по учебному предмету «Безопасность жизни» должны обеспечивать:

:

1) сформированность культуры безопасности жизнедеятельности на основе освоенных знаний и умений, системного и комплексного понимания значимости безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций для личности, общества и государства;

2) сформированность социально ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключающего употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесения иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;

3) сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства;

4) понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств;

5) сформированность чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга — защите Отечества;

6) знание и понимание роли государства и общества в решении задачи обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального (в том числе террористического) характера;

7) понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространённых видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы);

8) овладение знаниями и умениями применять меры и средства индивидуальной защиты, приёмы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

9) освоение основ медицинских знаний и владение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях;

10) умение оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей;

11) освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания;

12) овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы).

Достижение результатов освоения программы основного общего образования обеспечивается посредством включения в указанную программу предметных результатов освоения модулей учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

Распределение предметных результатов, формируемых в ходе изучения учебного предмета БЖ, по учебным модулям:

## **5 класс**

### **Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства.**

#### **Раздел 1. Основы комплексной безопасности:**

- Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни.
- Уметь предотвращать возможные опасные и аварийные ситуации в жилище.
- Освоить приемы действий в опасных ситуациях.
- Уметь предвидеть возникновение опасных ситуаций, зоны безопасности в городе.
- Уметь предвидеть возникновение опасных ситуаций в повседневной жизни, на дороге и в транспорте.
- Уметь применять правила безопасного поведения на дороге.
- Уметь применять основные правила пожарной безопасности в жилище.
- Уметь применять основные правила безопасного поведения в быту.
- Уметь применять правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений.
- Уметь применять безопасного поведения на водоемах в разное время года.
- Уметь предвидеть возникновение опасных ситуаций природного и техногенного характера по характерным признакам.

#### **Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации:**

- Выработать отрицательное отношение к любым видам антиобщественного поведения.
- Уметь предвидеть возникновение опасных ситуаций дома и на улице.
- Уметь формулировать правила поведения в повседневной жизни, чтобы не стать правонарушителем.

- Уметь составлять план своих действий при угрозе террористических действий.
- Уметь составлять план своих действий при угрозе возникновения теракта и при теракте.
- Уметь анализировать виды террористических актов и их характерные особенности.
- Уметь формулировать свои правила поведения в повседневной жизни, чтобы не стать правонарушителем.

## **Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни. Раздел 4.**

### **Основы здорового образа жизни:**

- Знать основные положения здорового образа жизни.
- Знать виды двигательной активности и закаливания.
- Знать гигиену питания, сущность рационального питания. Пищевая ценность продуктов.
- Знать о пагубном влиянии вредных привычек на здоровье, умственные и физические способности.
- Знать основные понятия здорового образа жизни и профилактику вредных привычек.

### **Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказания первой помощи:**

- Знать предназначение и общие правила оказания первой помощи при различных видах повреждений.
- Знать предназначение и общие правила оказания первой помощи при ушибах и ссадинах.
- Знать предназначение и общие правила оказания первой помощи при отравлении никотином.
- Знать предназначение и общие правила оказания первой помощи при отравлении угарным газом
- Знать предназначение и общие правила оказания первой помощи при носовом кровотечении.

## **6 класс**

## **Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства. Раздел 1.**

### **Основы комплексной безопасности:**

- Знать правила безопасного поведения в природной среде. Уметь применять полученные знания в практической жизни.
- Знать и владеть способами ориентирования на местности.
- Знать отдельно взятые признаки определения сторон горизонта. Уметь определять свое место на карте по ближайшим местным предметам.

- Знать как подготовиться к выходу на природу. Уметь распределять режим переходов, обеспечивать чередование нагрузок и отдыха.
- Знать правила сооружения временного укрытия. Уметь приготовить пищу в условиях похода.
- Знать о чём следует позаботиться, о личном и групповом снаряжении. Уметь приводить в порядок и ремонтировать туристское снаряжение в условиях похода.
- Знать правила безопасности во время активного отдыха на природе. Уметь соблюдать режим и график движения, соблюдать установленный режим питания и питьевой режим.
- Знать меры безопасности при движении в горах.
- Уметь соблюдать режим движения и отдыха на равнине и в горах.
- Уметь распределять режим движения в лыжном походе в зависимости от характера местности, погодных условий и уровня подготовки участников похода.
- Знать правила поведения на воде и оказания помощи утопающему.
- Владеть навыками оказания помощи утопающему.
- Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности на воде.
- Знать как подготовиться к выходу в поход на велосипеде.
- Правила безопасности туристов передвигающихся в походе на велосипеде. Уметь распределять график движения и отдыха во время велосипедного похода.
- Знать определения трёх групп факторов. Уметь использовать полученные теоретические знания в практической деятельности.
- Знать причины опасных ситуаций на транспорте, правила поведения на транспорте.
- Иметь представление о правилах поведения во время ОС на транспорте.
- Уметь правильно действовать ОС на воде и в водном транспорте.
- Знать причины опасных ситуаций на транспорте, правила поведения на транспорте.
- Иметь представление о правилах поведения во время ОС на воздушном транспорте.
- Знать правила безопасного поведения в природной среде. Уметь применять полученные знания в практической жизни. Уметь всесторонне подготовиться к туристическому походу.

– Знать правила безопасного поведения человека при вынужденном автономном существовании в природных условиях.

– Владеть навыками подачи сигналов бедствия. Уметь принимать решения и приступать к выполнению этого решения незамедлительно.

– Знать правила безопасного поведения в природной среде (добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия). Уметь подавать сигналы бедствия .

– Знать правила безопасного поведения при опасных проявлениях погоды в нашей местности. Уметь принимать решения и приступить к выполнению этого решения незамедлительно.

– Знать правила поведения при встрече с дикими животными в природе. Уметь принять правильное решение.

– Знать меры защиты от укусов насекомых. Уметь обрабатывать ранки , полученные от укуса кровососущих насекомых.

– Знать признаки клещевого энцефалита: недомогание, высокая температура, сильная головная боль, тошнота, рвота. Уметь оказывать первую помощь. Знать как обезопасить себя от клещевого энцефалита. Уметь удалять клеща с тела и оказывать первую помощь.

## **Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

### **Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказания первой помощи:**

– Знать общие понятия и определения личной гигиены, природные лекарственные средства. Уметь пользоваться индивидуальной аптечкой.

– Знать наиболее характерные травмы, которые могут возникнуть в походе. Правила оказания помощи при травмах. Уметь оказывать первую помощь при ушибах и растяжениях.

– Знать, что является признаками солнечного и теплового удара, обморожения. Уметь использовать различные способы при оказании первой помощи при термических ожогах и отморожениях.

– Знать оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых. Уметь срочно удалять из кожи жало насекомого организовать доставку пострадавшего в лечебное заведение.

### **Раздел 4. Основы здорового образа жизни:**

– Знать об основах здорового образа жизни, факторах, укрепляющих и разрушающих здоровье.

– Использовать полученные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.

– Знать, что именно может навредить при общении с компьютером. Уметь правильно распределять время работы за компьютером для сохранения здоровья.

– Знать влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Уметь использовать доступные способы повышения устойчивости организма человека к неблагоприятным условиям внешней среды.

– Знать влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Уметь использовать полученные знания в практической жизни.

– Приводить примеры вредных привычек, факторов, разрушающих здоровье.

– Использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни. Уметь сказать нет доброжелателям.

– Знать о профилактике вредных привычек. Использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.

## **7 класс**

### **Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства. Раздел 1-2. Основы комплексной безопасности. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций:**

– Знать определения: литосфера, атмосфера, гидросфера, биосфера. Знать классификацию природных явлений по месту возникновения.

– Знать основные группы опасных природных явлений.

– Уметь соотносить происходящее явление с чрезвычайной ситуацией.

– Знать причины землетрясений; сейсмически активные районы России.

Уметь определять силу и интенсивность землетрясения по шкале Меркалли.

– Знать комплекс мероприятий, проводимых по защите населения от последствий землетрясений. Уметь действовать по сигналу «Внимание всем!»

– Уметь действовать в различных ситуациях: при подготовке к землетрясению, если землетрясение началось; если землетрясение началось неожиданно; после землетрясения.

– Знать расположение вулканов на Земле; причины образования вулканов; типы вулканов. Уметь находить вулканы на карте.

– Знать последствия извержения вулканов. Уметь действовать, если поступило сообщение о проснувшемся вулкане.

– Знать причины и последствия оползней; обвалов. Уметь действовать при угрозе оползня; обвала.

- Знать причины возникновения; возможные последствия ураганов и бурь. Уметь определять силу ветра по шкале Бофорта.
- Знать профилактические меры по защите населения от последствий ураганов и бурь.
- Уметь действовать: после получения сигнала о штормовом предупреждении; при урагане.
- Знать причины и последствия смерча. Уметь действовать при угрозе смерча и во время смерча.
- Знать виды наводнений: половодье, паводок, затор, зажор, ветровой нагон; причины их возникновения.
- Знать основные мероприятия, проводимые по защите населения от последствий наводнений.
- Уметь действовать при угрозе и во время наводнений. Знать основные мероприятия по защите населения от наводнений, и их последствий.
- Знать районы РФ, на которых образуются селевые бассейны; причины и последствия селевого потока.
- Уметь действовать угрозе и во время селя. Знать способы защиты от последствий селевых потоков.
- Знать причины и последствия цунами.
- Уметь действовать во время цунами, после него. Знать, как подготовиться к цунами.
- Уметь действовать в лавиноопасных зонах. Знать лавиноопасные районы РФ.
- Знать регионы России, наиболее подверженные возникновению лесных пожаров на лесных площадях. Уметь соблюдать меры пожарной безопасности в лесу.
- Знать способы тушения небольшого пожара в лесу.
- Уметь соблюдать правила безопасного поведения при угрозе возникновения и во время пожара в лесу.
- Соблюдать правила личной гигиены для профилактики инфекционных заболеваний.
- Знать инфекционные болезни; пути распространения инфекции.
- Знать понятия: эпизоотии, эпифитотии.

### **Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации:**

- Знать факторы и социальные явления, способствующие вовлечению человека в террористическую деятельность. Знать уголовную ответственность за телефонный терроризм.

– Уметь строить дальнейшую индивидуальную траекторию образования и нравственного поведения.

## **Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

### **Раздел 4. Основы здорового образа жизни:**

– Знать, какие качества нужно воспитывать в себе, чтобы повысить психологическую уравновешенность. Уметь воспитывать в себе нравственные качества.

– Уметь контролировать свои эмоции. Знать о пагубном влиянии стресса на здоровье человека.

– Соблюдать правила личной гигиены. Знать особенности развития организма человека в подростковом возрасте.

### **Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказания первой помощи:**

– Уметь быстро вызывать бригаду скорой помощи. Знать порядок действий первой помощи.

– Знать способы остановки артериального кровотечения; точки пальцевого прижатия артерий. Уметь оказывать ПМП при капиллярном, венозном, артериальном кровотечении.

– Уметь накладывать повязки.

– Знать ПМП при ушибе и переломе.

– Уметь транспортировать пострадавшего различными способами.

# ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

## 5 класс

| №<br>п/п   | Наименование<br>разделов и тем<br>программы                            | Количество часов |                       |                        | Электронные<br>(цифровые)<br>образовательные<br>ресурсы               |
|--|--|------------------|-----------------------|------------------------|---|
|  |  | всего            | контрольные<br>работы | практические<br>работы |   |
| <b>Модуль 1. «Основы безопасности личности, общества и государства» (21 ч)</b> |  |                  |                       |                        |   |
| <b>Раздел 1. «Основы комплексной безопасности» (14 ч)</b>                      |  |                  |                       |                        |   |
| <b>Человек, среда его обитания, безопасность человека. (5 ч)</b>               |  |                  |                       |                        |   |
| 1  | Город как среда обитания.  | 1                |                       |                        | <a href="http://kuhta.clan.su">http://kuhta.clan.su</a>               |
| 2  | Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.                  | 1                |                       |                        | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 3  | Особенности природных условий в городе.                                | 1                |                       |                        | <a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>           |
| 4  | Взаимоотношения людей, проживающих в городе и безопасность             | 1                |                       |                        | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 5  | Безопасность в повседневной жизни.                                     | 1                |                       |                        | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| <b>Опасные ситуации техногенного характера. (5 ч)</b>                          |  |                  |                       |                        |   |
| 6  | Дорожное движение, безопасность участников движения.                   | 1                |                       |                        | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 7  | Пешеход.<br>Безопасность пешехода. Пассажир.<br>Безопасность пассажира | 1                |                       |                        | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 8  | Водитель   | 1                |                       |                        | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 9  | Пожарная безопасность  | 1                |                       |                        | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 10   | Безопасное поведение в бытовых ситуациях                               | 1                |                       |                        | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| <b>Опасные ситуации природного характера (2 ч)</b>                             |  |                  |                       |                        |   |
| 11   | Погодные явления<br>безопасность человека                              | 1                |                       |                        | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 12   | Безопасность на водоёмах   | 1                |                       |                        | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| <b>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (2 ч)</b>         |  |                  |                       |                        |   |
| 13   | Чрезвычайные ситуации природного характера                             | 1                |                       |                        | <a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>           |
| 14   | Чрезвычайные   | 1                | 1                     |                        | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-</a>        |

|   |   |           |   |  |   |
|---|---|-----------|---|--|---|
|   | ситуации техногенного характера   |           |   |  | lessons   |
| Итого по разделу  |   | <b>14</b> |   |  |   |
| <b>Раздел 3. Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации (7 ч)</b> |   |           |   |  |   |
| <b>Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение (3 ч)</b>               |   |           |   |  |   |
| 15  | Антиобщественное поведение и его опасность  | 1         |   |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 16  | Обеспечение личной безопасности дома  | 1         |   |  |   |
| 17  | Обеспечение личной безопасности на улице  | 1         |   |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| <b>Экстремизм и терроризм — чрезвычайные опасности для общества и государства (4 ч)</b>       |   |           |   |  |   |
| 18  | Экстремизм и терроризм: основные понятия и причинных возникновения  | 1         |   |  | <a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>           |
| 19  | Виды экстремистской и террористической деятельности.  | 1         |   |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 20  | Виды террористических актов и их последствия.   | 1         |   |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 21  | Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности. | 1         | 1 |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| Итого по разделу  |   | <b>7</b>  |   |  |   |
| <b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (13 ч)</b>                    |   |           |   |  |   |
| <b>Раздел 4. Основы здорового образа жизни (5 ч)</b>  |   |           |   |  |   |
| <b>Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни (3 ч)</b>                  |   |           |   |  |   |
| 22  | Оздоровом образе жизни.   | 1         |   |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 23  | Двигательная активность и закаливание организма — элементы здорового образа жизни.                          | 1         |   |  | <a href="https://iu.ru">https://iu.ru</a>                             |
| 24  | Рациональное питание. Гигиена питания.  | 1         |   |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| <b>Факторы, разрушающие здоровье (2 ч)</b>  |   |           |   |  |   |
| 25  | Вредные привычки и их влияние на  | 1         |   |  | <a href="https://iu.ru">https://iu.ru</a>                             |

|   |   |           |          |          |   |
|---|---|-----------|----------|----------|---|
|   | здоровье.   |           |          |          |   |
| 26  | Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек. | 1         |          | 1        | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| Итого по разделу  |   | 5         |          |          |   |
| <b>Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (7 ч)</b> |   |           |          |          |   |
| <b>Первая помощь и правила её оказания (7 ч)</b>                          |   |           |          |          |   |
| 27  | Первая помощь при различных видах повреждений.        | 2         | 1        |          | <a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>           |
| 28  | Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах.          | 3         |          | 3        | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 29  | Первая помощь при отравлениях.                        | 2         |          | 2        | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| Итого по разделу  |   | 7         |          |          |   |
| <b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>                                |   | <b>33</b> | <b>3</b> | <b>7</b> |   |

### 6 класс

| № п/п   | Наименование разделов и тем программы  | Количество часов |                    |                     | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы                        |
|---|--|------------------|--------------------|---------------------|---|
|   |  | всего            | контрольные работы | практические работы |   |
| <b>Модуль 1. «Основы безопасности личности, общества и государства»</b> |  |                  |                    |                     |   |
| <b>Раздел 1. «Основы комплексной безопасности»</b>                      |  |                  |                    |                     |   |
| <b>Подготовка к активному отдыху на природе (2 ч)</b>                   |  |                  |                    |                     |   |
| 1   | Природа и человек. Ориентирование на местности. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.                    | 1                |                    |                     | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 2   | Подготовка к выходу на природу. Определение места для бивака и организация bivачных работ. Определение необходимого снаряжения для похода. | 1                |                    |                     | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| <b>Активный отдых на природе и безопасность (3 ч)</b>                   |  |                  |                    |                     |   |
| 3   | Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе. Обеспечение   | 1                |                    |                     | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |

|   |  |   |  |  |   |
|---|--|---|--|--|---|
|   | безопасности пеших и горных походах.   |   |  |  |   |
| 4   | Подготовка и проведение лыжных походов.  | 1 |  |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 5   | Водные походы и обеспечение безопасности на воде. Велосипедные походы и безопасность туристов.   | 1 |  |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| <b>Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности (4ч)</b>                     |  |   |  |  |   |
| 5   | Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и международном туризме.  | 1 |  |  | <a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>           |
| 6   | Акклиматизация человека в различных климатических условиях. Акклиматизация в горной местности.   | 1 |  |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 7   | Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.  | 1 |  |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 8   | Обеспечение личной безопасности на водном транспорте. Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте.   | 1 |  |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| <b>Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде (2ч)</b> |  |   |  |  |   |
| 9   | Автономное пребывание человека в природной среде. Добровольная автономия человека в природной среде. Вынужденная автономия человека в природной среде. | 1 |  |  | <a href="http://www.obzh.ru">http://www.obzh.ru</a>                   |
| 10  | Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.   | 1 |  |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| <b>Опасные ситуации в природных условиях (2ч)</b>   |  |   |  |  |   |

|   |   |           |   |  |   |
|---|---|-----------|---|--|---|
| 11  | Опасные погодные явления. Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.                                     | 1         |   |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 12  | Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика. Оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых.     | 1         | 1 |  |   |
| Итого по разделу  |   | <b>13</b> |   |  |   |
| <b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>                   |   |           |   |  |   |
| <b>Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи (2 ч)</b> |   |           |   |  |   |
| <b>Первая помощь при неотложных состояниях (2 ч)</b>                                  |   |           |   |  |   |
| 13  | Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях. Оказание первой медицинской помощи при травмах.                   | 1         |   |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 14  | Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах и отморожении.   | 1         | 1 |  | <a href="https://iu.ru/video-lesson">https://iu.ru/video-lesson</a>   |
| Итого по разделу  |   | <b>2</b>  |   |  |   |
| <b>Раздел 4. Основы здорового образа жизни (3 ч)</b>                                  |   |           |   |  |   |
| <b>Здоровье человека и факторы, на него влияющие (3 ч)</b>                            |   |           |   |  |   |
| 15  | Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Компьютерное влияние на здоровье.  | 1         |   |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 16  | Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.                    | 1         |   |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 17  | Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека. Профилактика потребления наркотиков и других психоактивных веществ. | 1         |   |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |

|                                     |    |   |  |  |
|-------------------------------------|----|---|--|--|
| Итого по разделу                    | 3  |   |  |  |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | 17 | 2 |  |  |

### 7 класс

| № п/п  | Наименование разделов и тем программы  | Количество часов |                    |                     | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы                        |
|--|--|------------------|--------------------|---------------------|---|
|  |  | всего            | контрольные работы | практические работы |   |
| <b>Модуль 1. «Основы безопасности личности, общества и государства» (15 ч)</b>   |  |                  |                    |                     |   |
| <b>Раздел 1-2. Основы комплексной безопасности и защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (14 ч)</b> |  |                  |                    |                     |   |
| <b>Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера (2 ч)</b>  |  |                  |                    |                     |   |
| 1  | Различные природные явления и причины их возникновения. Общая характеристика природных явлений.          | 1                |                    |                     | <a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>           |
| 2  | Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера. Общие понятия и определения.                       | 1                |                    |                     | <a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>           |
| <b>Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их причины и последствия (4 ч)</b>                                  |  |                  |                    |                     |   |
| 3  | Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и возможные последствия.                              | 1                |                    |                     | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 4  | Защита населения от последствий землетрясений. Правила безопасного поведения населения при землетрясении | 1                |                    |                     | <a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>           |
| 5  | Расположение вулканов на Земле,  | 1                |                    |                     | <a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>           |
|  | извержение вулканов. Последствия извержения вулканов. Защита населения                                   |                  |                    |                     |   |
| 6  | Оползни и обвалы их последствия. Защита населения  | 1                | 1                  |                     | <a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>           |
| <b>Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (1 ч)</b>  |  |                  |                    |                     |   |

|   |  |           |  |  |   |
|---|--|-----------|--|--|---|
| 7   | Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия. Защита населения от последствий ураганов и бурь. Смерчи | 1         |  |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| <b>Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (5 ч)</b>                             |  |           |  |  |   |
| 8   | Наводнения. Виды наводнений и их причины.  | 1         |  |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 9   | Защита населения от последствий наводнений. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения         | 1         |  |  | <a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>           |
| 10  | Сели и их характеристика. Защита населения от последствий селевых потоков.   | 1         |  |  | <a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>           |
| 11  | Цунами и их характеристика. Защита населения от цунами   | 1         |  |  | <a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>           |
| 12  | Снежные лавины   | 1         |  |  | <a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>           |
| <b>Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения (2 ч)</b>       |  |           |  |  |   |
| 13  | Лесные и торфяные пожары и их характеристика. Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения.                  | 1         |  |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| 14  | Инфекционная заболеваемость людей и защита населения. Эпизоотии  | 1         |  |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
|   | эпифитотии   |           |  |  |   |
| Итого по разделу  |  | <b>14</b> |  |  |   |
| <b>Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (1 ч)</b> |  |           |  |  |   |
| <b>Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму (3 ч)</b>             |  |           |  |  |   |

|   |   |           |          |  |   |
|---|---|-----------|----------|--|---|
| 15  | Терроризм факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность | 1         |          |  | <a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>           |
| Итого по разделу  |   | <b>1</b>  |          |  |   |
| <b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (2 ч)</b>           |   |           |          |  |   |
| <b>Раздел 4. Основы здорового образа жизни (1 ч)</b>                                |   |           |          |  |   |
| <b>Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека (1 ч)</b> |   |           |          |  |   |
| 16  | Психологическая уравновешенность. Стресс и его влияние на человека.                           | 1         |          |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| Итого по разделу  |   | <b>1</b>  |          |  |   |
| <b>Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказания первой помощи (1 ч)</b>           |   |           |          |  |   |
| <b>Первая помощь при неотложных состояниях (1 ч)</b>                                |   |           |          |  |   |
| 17  | Общие правила оказания первой помощи. Общие правила транспортировки пострадавшего.            | 1         | 1        |  | <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> |
| Итого по разделу  |   | <b>1</b>  |          |  |   |
| <b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>  |   | <b>17</b> | <b>2</b> |  |   |

# ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

## 5 класс

| № п/п | Тема урока  | Количество часов |                    |                     | Виды, формы контроля |
|-------|---|------------------|--------------------|---------------------|----------------------|
|       |   | всего            | контрольные работы | практические работы |                      |
| 1     | Город как среда обитания.   | 1                |                    |                     | опрос                |
| 2     | Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.   | 1                |                    |                     | опрос                |
| 3     | Особенности природных условий в городе.   | 1                |                    |                     | самоконтроль         |
| 4     | Взаимоотношения людей, проживающих в городе и безопасность  | 1                |                    |                     | опрос                |
| 5     | Безопасность в повседневной жизни.  | 1                |                    |                     | тест                 |
| 6     | Дорожное движение, безопасность участников движения.  | 1                |                    |                     | опрос                |
| 7     | Пешеход. Безопасность пешехода.<br>Пассажир. Безопасность пассажира   | 1                |                    |                     | опрос                |
| 8     | Водитель  | 1                |                    |                     | самоконтроль         |
| 9     | Пожарная безопасность   | 1                |                    |                     | опрос                |
| 10    | Безопасное поведение в бытовых ситуациях  | 1                |                    |                     | опрос                |
| 11    | Погодные явления и безопасность человека  | 1                |                    |                     | тест                 |
| 12    | Безопасность на водоёмах  | 1                |                    |                     | опрос                |
| 13    | Чрезвычайные ситуации природного характера  | 1                |                    |                     | опрос                |
| 14    | Чрезвычайные ситуации техногенного характера  | 1                | 1                  |                     | тест                 |
| 15    | Антиобщественное поведение и его опасность  | 1                |                    |                     | самоконтроль         |
| 16    | Обеспечение личной безопасности дома  | 1                |                    |                     | опрос                |
| 17    | Обеспечение личной безопасности на улице  | 1                |                    |                     | опрос                |
| 18    | Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения   | 1                |                    |                     | самоконтроль         |
| 19    | Виды экстремистской и террористической деятельности.  | 1                |                    |                     | опрос                |
| 20    | Виды террористических актов и их последствия.   | 1                |                    |                     | опрос                |
| 21    | Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности. | 1                | 1                  |                     | тест                 |
| 22    | Оздоровом образе жизни.   | 1                |                    |                     | самоконтроль         |
| 23    | Двигательная активность и закалывание организма – элементы здорового образа жизни                           | 1                |                    |                     | опрос                |
| 24    | Рациональное питание. Гигиена питания.  | 1                |                    |                     | опрос                |
| 25    | Вредные привычки и их влияние на  | 1                |                    |                     | опрос                |

|  |   |           |          |  |       |
|--|---|-----------|----------|--|-------|
|  | здоровье.   |           |          |  |       |
| 26   | Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек. | 1         |          |  | опрос |
| 27   | Первая помощь при различных видах повреждений.        | 1         | <b>1</b> |  | тест  |
| 28   | Первая помощь при различных видах повреждений.        | 1         |          |  | опрос |
| 29   | Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах.          | 1         |          |  | опрос |
| 30   | Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах.          | 1         |          |  | опрос |
| 31   | Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах.          | 1         |          |  | опрос |
| 32   | Первая помощь при отравлениях.                        | 1         |          |  | опрос |
| 33   | Первая помощь при отравлениях.                        | 1         |          |  | опрос |
| <b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b> |   | <b>33</b> | <b>3</b> |  |       |

### бкласс

| № п/п | Тема урока  | Количество часов |                    |                     | Виды, формы контроля |
|-------|---|------------------|--------------------|---------------------|----------------------|
|       |   | всего            | контрольные работы | практические работы |                      |
| 1     | Природа и человек.  | 1                |                    |                     | опрос                |
| 2     | Ориентирование на местности.  | 1                |                    |                     | опрос                |
| 3     | Определение своего местонахождения и направления движения на местности.                         | 1                |                    |                     | опрос                |
| 4.    | Подготовка к выходу на природу.   | 1                |                    |                     | самоконтроль         |
| 5     | Определение места для бивака и организация бивачных работ.                                      | 1                |                    |                     | опрос                |
| 6     | Определение необходимого снаряжения для похода.   | 1                |                    |                     | тест                 |
| 7     | Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.                                      | 1                |                    |                     | опрос                |
| 8     | Обеспечение безопасности в пешеходных горных походах.   | 1                |                    |                     | опрос                |
| 9     | Подготовка и проведение лыжных походов.   | 1                |                    |                     | опрос                |
| 10    | Водные походы и обеспечение безопасности на воде.   | 1                |                    |                     | опрос                |
| 11    | Велосипедные походы и безопасность туристов.  | 1                | <b>1</b>           |                     | тест                 |
| 12    | Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем международном туризме. | 1                |                    |                     | опрос                |
| 13    | Акклиматизация человека в различных климатических условиях.                                     | 1                |                    |                     | опрос                |
| 14    | Акклиматизация в горной местности.  | 1                |                    |                     | опрос                |
| 15    | Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.     | 1                |                    |                     | самоконтроль         |

|                                     |   |           |          |  |              |
|-------------------------------------|---|-----------|----------|--|--------------|
| 16                                  | Обеспечение личной безопасности на водном транспорте.   | 1         |          |  | самоконтроль |
| 17                                  | Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте.  | 1         |          |  | тест         |
| 18                                  | Автономное пребывание человека в природной среде.   | 1         |          |  | опрос        |
| 19                                  | Добровольная автономия человека в природной среде. Вынужденная автономия человека в природной среде.                      | 1         |          |  | опрос        |
| 20                                  | Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.                                    | 1         |          |  | тест         |
| 21                                  | Опасные погодные явления.   | 1         |          |  | опрос        |
| 22                                  | Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.   | 1         |          |  | опрос        |
| 23                                  | Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.   | 1         |          |  | самоконтроль |
| 24                                  | Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях. Оказание первой медицинской помощи при травмах. | 1         |          |  | опрос        |
| 25                                  | Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах и отморожении.   | 1         |          |  | опрос        |
| 26                                  | Оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых.   | 1         | <b>1</b> |  | тест         |
| 27                                  | Здоровый образ жизни и профилактика утомления.  | 1         |          |  | самоконтроль |
| 28                                  | Компьютер и его влияние на здоровье.  | 1         |          |  | опрос        |
| 29                                  | Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.  | 1         |          |  | опрос        |
| 30                                  | Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.   | 1         | <b>1</b> |  | самоконтроль |
| 31                                  | Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека.   | 1         |          |  | опрос        |
| 32                                  | Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ.  | 1         |          |  | тест         |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |   | <b>32</b> | <b>3</b> |  |              |

### 7 класс

| № п/п | Тема урока  | Количество часов |                    |                     | Виды, формы контроля |
|-------|---|------------------|--------------------|---------------------|----------------------|
|       |   | всего            | контрольные работы | практические работы |                      |
| 1     | Различные природные явления и причины их возникновения. Общая характеристика природных явлений. | 1                |                    |                     | опрос                |
| 2     | Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера. Общие понятия                             | 1                |                    |                     | тест                 |

|                                       |  |           |          |  |       |
|---------------------------------------|--|-----------|----------|--|-------|
|                                       | определения.   |           |          |  |       |
| 3                                     | Землетрясение.Причинывозникновения землетрясенияивозможныепоследствия.   | 1         |          |  | опрос |
| 4                                     | Защита населения от последствий землетрясений.Правилабезопасного поведениянаселенияприземлетрясении                | 1         |          |  | опрос |
| 5                                     | Расположение вулканов на Земле, извержениевулканов.Последствия извержениявулканов.Защитанаселения                  | 1         |          |  | опрос |
| 6                                     | Оползнииобвалыих последствия. Защитанаселения  | 1         | <b>1</b> |  | тест  |
| 7                                     | Ураганыибури,причиныих возникновения,возможныепоследствия. Защита населений от последствий ураганов и бурь. Смерчи | 1         |          |  | опрос |
| 8                                     | Наводнения.Видынаводненийи их причины.   | 1         |          |  | опрос |
| 9                                     | Защита населения от последствий наводнений.Рекомендации населениюпо действиям при угрозе и во время наводнения.    | 1         |          |  | опрос |
| 10                                    | Селииииххарактеристика.Защита населенияотпоследствийселевых потоков.   | 1         |          |  | опрос |
| 11                                    | Цунамииииххарактеристика. Защита населенияот цунами  | 1         |          |  | опрос |
| 12                                    | Снежныелавины  | 1         |          |  | тест  |
| 13                                    | Лесныеиторфяныепожарыииих характеристика.Профилактикалесныхи торфяных пожаров, защита населения.                   | 1         |          |  | опрос |
| 14                                    | Инфекционнаязаболеваемостьлюдейи защита населения. Эпизоотии и эпифитотии.   | 1         |          |  | опрос |
| 15                                    | Терроризмифакторырискавовлечения подростка в террористическую и экстремистскуюдеятельность                         | 1         |          |  | опрос |
| 16                                    | Психологическаяуравновешенность. Стрессиеговлияниена человека.   | 1         |          |  | опрос |
| 17                                    | Общиеправилаоказанияпервойпомощи. Общиеправилатранспортировки пострадавшего.                                       | 1         | <b>1</b> |  | опрос |
| <b>ОБЩЕКОЛИЧЕСТВОЧАСОВПОПРОГРАММЕ</b> |  | <b>17</b> | <b>2</b> |  |       |

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

1. Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности, 5 класс: учебник для общеобразовательных организаций / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под редакцией А.Т. Смирнова; Российская академия наук, Российская академия образования, издательство «Просвещение»
2. Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности, 6 класс: учебник для общеобразовательных организаций / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под редакцией А.Т. Смирнова; Российская академия наук, Российская академия образования, издательство «Просвещение»
3. Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности, 7 класс: учебник для общеобразовательных организаций / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под редакцией А.Т. Смирнова; Российская академия наук, Российская академия образования, издательство «Просвещение»

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

1. Основы безопасности жизнедеятельности. Поурочные разработки. 7—9 классы : учеб. пособие для общеобразоват. организаций / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. — 2-е изд. — М. : Просвещение, 2017.

## **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ**

### **ИНТЕРНЕТ**

1. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school-collection.edu.ru);
2. Основы безопасности жизнедеятельности (<http://www.school-obz.org>);
3. Российская электронная школа ([resh.edu.ru](http://resh.edu.ru)).