

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Тульской области
Администрация муниципального образования Кимовский район
МКОУ - гимназия № 6

Выписка из основной образовательной программы
основного общего образования (Приложение 20)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности»
для обучающихся 5-7 классов
Срок реализации 3 года

Составитель: преподаватель-организатор ОБЖ
Алёнин Сергей Анатольевич

Кимовск 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности (далее – ОБЖ) разработана на основе Концепции преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (утверждена Решением Коллегии Министерства просвещения Российской Федерации, протокол от 24 декабря 2018 г. № ПК-1вн), 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 рабочей программы основного общего образования Основы безопасности жизнедеятельности (для 5-9 классов образовательных организаций) (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол 421 от 28.09.2021), федеральной рабочей 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 межкурсных связей и их разумное взаимодополнение, способствующее формированию практических умений и навыков.

В Программе содержание учебного курса ОБЖ структурно представлено десятью модулями (тематическими линиями), обеспечивающими непрерывность изучения курса на уровне основного общего образования и преемственность учебного процесса на уровне среднего общего образования:

модуль № 1 «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»;

модуль № 2 «Безопасность в быту»;

модуль № 3 «Безопасность на транспорте»;

модуль № 4 «Безопасность в общественных местах»;

модуль № 5 «Безопасность в природной среде»;

модуль № 6 «Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний»;

модуль № 7 «Безопасность в социуме»;

модуль № 8 «Безопасность в информационном пространстве»;

модуль № 9 «Основы противодействия экстремизму и терроризму»;

модуль №10 «Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения».

В целях обеспечения системного подхода в изучении учебного курса ОБЖ на уровне основного общего образования Программа предполагает внедрение универсальной структурно-логической схемы изучения учебных модулей (тематических линий) в парадигме безопасной жизнедеятельности: «предвидеть опасность → по возможности её избегать → при необходимости действовать». Учебный материал систематизирован по сферам возможных проявлений рисков и опасностей: помещения и бытовые условия;

улица и общественные места; природные условия; коммуникационные связи и каналы; объекты и учреждения культуры и пр.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО КУРСА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Появлению учебного курса ОБЖ способствовали колоссальные по масштабам и последствиям техногенные катастрофы, произошедшие на территории нашей страны в 80-е годы XX столетия: катастрофа теплохода «Александр Суворов» в результате столкновения с пролётом Ульяновского моста через Волгу (5 июня 1983 г.), взрыв четвёртого ядерного реактора на Чернобыльской АЭС (26 апреля 1986 г.), химическая авария с выбросом аммиака на производственном объединении «Азот» в г. Ионаве (20 марта 1989 г.), взрыв двух пассажирских поездов под Уфой в результате протечки трубопровода и выброса сжиженной газовой-бензиновой смеси (3 июня 1989 г.). Государство столкнулось с серьёзными вызовами, в ответ на которые требовался быстрый и адекватный ответ. Пришло понимание необходимости скорейшего внедрения в сознание граждан культуры безопасности жизнедеятельности, формирования у подрастающего поколения модели индивидуального безопасного поведения, стремления осознанно соблюдать нормы и правила безопасности в повседневной жизни. В связи с этим введение в нашей стране обучения основам безопасности жизнедеятельности явилось важным и принципиальным достижением как для отечественного, так и для мирового образовательного сообщества.

В условиях современного исторического процесса с появлением новых глобальных и региональных природных, техногенных, социальных вызовов и угроз безопасности России (критичные изменения климата, негативные медико-биологические, экологические, информационные факторы и другие условия жизнедеятельности) возрастает приоритет вопросов безопасности, их значение не только для самого человека, но также для общества и государства. При этом центральной проблемой безопасности жизнедеятельности остаётся сохранение жизни и здоровья каждого человека.

В данных обстоятельствах колоссальное значение приобретает качественное образование подрастающего поколения россиян, направленное на формирование гражданской идентичности, воспитание личности безопасного типа, овладение знаниями, умениями, навыками и компетенцией для обеспечения безопасности в повседневной жизни. Актуальность совершенствования учебно-методического обеспечения учебного процесса по курсу ОБЖ определяется системообразующими документами в области безопасности: Стратегия национальной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400), Доктрина информационной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 5 декабря 2016 г. № 646), Национальные цели развития Российской Федерации на период до 2030 года (Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474), Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» (Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 г. № 1642).

Современный учебный курс ОБЖ является системообразующим, имеет свои дидактические компоненты во всех без исключения курсных областях и реализуется через приобретение необходимых знаний, выработку и закрепление системы взаимосвязанных навыков и умений, формирование компетенций в области безопасности, поддержанных согласованным изучением других учебных курсов. Научной базой учебного курса ОБЖ является общая теория безопасности, исходя из которой он должен обеспечивать формирование целостного видения всего комплекса проблем безопасности, включая глобальные, что позволит обосновать оптимальную систему обеспечения безопасности личности, общества и государства, а также актуализировать для обучающихся построение

адекватной модели индивидуального безопасного поведения в повседневной жизни, сформировать у них базовый уровень культуры безопасности жизнедеятельности.

В настоящее время с учётом новых вызовов и угроз подходы к изучению учебного курса ОБЖ несколько скорректированы. Он входит в предметную область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности», является обязательным для изучения на уровне основного общего образования. Изучение ОБЖ направлено на обеспечение формирования базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности, что способствует выработке у обучающихся умений распознавать угрозы, избегать опасности, нейтрализовывать конфликтные ситуации, решать сложные вопросы социального характера, грамотно вести себя в чрезвычайных ситуациях. Такой подход содействует закреплению навыков, позволяющих обеспечивать защиту жизни и здоровья человека, формированию необходимых для этого волевых и морально-нравственных качеств, предоставляет широкие возможности для эффективной социализации, необходимой для успешной адаптации обучающихся к современной техно-социальной и информационной среде, способствует проведению мероприятий профилактического характера в сфере безопасности.

ЦЕЛЬ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Целью изучения учебного курса ОБЖ 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.

МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Введение учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в учебный план МКОУ-гимназия №6 в 5-7 классах обеспечено за счет части, формируемой участниками образовательных отношений и на основе запроса родителей (законных представителей) обучающихся.

Изучение учебного курса ОБЖ предусматривается в течение трёх лет, в 5 – 7 классах по 1 часу в неделю. Всего на изучение учебного курса ОБЖ отводится 102 часа, из них по 34 часа в каждом классе.

Планируемые результаты

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса

Личностные результаты:

- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества;
- воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- развитие личностных, в том числе духовно-нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищённость жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности;
- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- понимание важности сохранения своего здоровья и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни;
- осознанное выполнение правил безопасности в конкретной ситуации;
- формирование культуры безопасности жизнедеятельности;

- ответственное отношение к сохранению окружающей среды и к жизни человека, а также к своей жизни;
- понимание необходимости обеспечения личной и общественной безопасности.

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- моделирование личных подходов к собственной безопасности в нестандартной ситуации;
- выполнение необходимых посильных ролей и предубеждений, вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций различного происхождения.
- формулирование понятия, что такое опасность и безопасность;
- получение навыков безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- умение оценивать свои поступки, уметь находить пути решения поставленных задач.

Познавательные УУД:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- умение понимать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- анализировать причины возникновения опасности: обобщать и сравнивать, видеть причины опасности и понимать их влияние на человека и окружающую среду.
- моделировать личные подходы к собственной безопасности в нестандартной ситуации;
- выполнять необходимые посильные роли и предубеждения, вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций различного происхождения.

Коммуникативные УУД:

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и

разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметные результаты:

Ученик научится:

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;

- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного курса, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья;
- планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;

- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

Ученик получит возможность научиться:

- безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- готовиться к туристическим поездкам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять права покупателя;
- анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;
- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;
- оказывать первую помощь при коме;
- оказывать первую помощь при поражении электрическим током;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

Содержание курса

Основы безопасности личности, общества и государства
Основы комплексной безопасности

Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой, предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др. Безопасность на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Средства индивидуальной защиты велосипедиста. Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Средства индивидуальной защиты. Водоемы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. Правила безопасности в туристических походах и поездках. Правила поведения в автономных условиях. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них. Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера (квартира, улица, подъезд, лифт, карманная кража, мошенничество, самозащита покупателя). Элементарные способы самозащиты. Информационная безопасность подростка.

Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины, ураганы, бури, смерчи, сильный дождь (ливень), крупный град, гроза, сильный снегопад, сильный гололед, метели, снежные заносы, наводнения, половодье, сели, цунами, лесные, торфяные и степные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной защиты. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них (аварии на радиационно-опасных, химически опасных, пожароопасных и взрывоопасных, объектах экономики, транспорте, гидротехнических сооружениях). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной и коллективной защиты. Правила пользования ими. Действия по сигналу «Внимание всем!». Эвакуация населения и правила поведения при эвакуации.

Основы противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации

Терроризм, экстремизм, наркотизм - сущность и угрозы безопасности личности и общества. Пути и средства вовлечения подростка в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность. Ответственность несовершеннолетних за правонарушения. Личная безопасность при террористических актах и при обнаружении неизвестного курса, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников. Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Основы здорового образа жизни

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена). Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания, употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и их факторов. Семья в современном обществе. Права и обязанности супругов. Защита прав ребенка.

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей. Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах. Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении. Основные неинфекционные и инфекционные заболевания, их профилактика. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе. Первая помощь при укусе насекомых и змей. Первая помощь при остановке сердечной деятельности. Первая помощь при коме. Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.

**Тематическое планирование
5 класс**

№ п/п	Наименование разделов тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы	
Модуль 1. Введение. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе		4	0	0	нет
1	Введение	1	0	0	
2	Человек и его безопасности	3	0	0	
Модуль 2. Здоровье и как его сохранить		3	0	0	нет
3	Здоровье и факторы, влияющие на него	3	0	0	
Модуль 3. Безопасность на транспорте		4	0	0	нет
4	Безопасное поведение на дорогах и в транспорте	3	0	0	
5	Обобщение	1	0	0	
Модуль 4. Безопасность в быту		4	0	0	нет
6	Безопасность вашего жилища	4	0	0	
Модуль 5. Безопасность в социуме		1	0	0	нет
7	Безопасность в криминогенных ситуациях	1	0	0	
Модуль 6. Основы противодействия экстремизму и терроризму		3	0	0	нет
8	Экстремизм и терроризм – угрозы личности, обществу и государству	3	0	0	
Модуль 7. Безопасность в информационном пространстве		2	0	0	нет
9	Безопасность в информационной среде	2	0	0	
Модуль 8. Безопасность в природной среде		3	0	0	нет
10	Безопасность в различных погодных условиях и при стихийных бедствиях	3	0	0	
Модуль 9. Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера		4	0	0	нет
11	Производственные аварии и их опасность для жизни, здоровья и благополучия человека	3	0	0	
12	Обобщение	1	0	0	

Модуль 10. Основы медицинских знаний		4	0	0	нет
13	Первая помощь и правила её оказания	3	0	3	
14	Обобщение	1	0	1	
Модуль 11. Повторение и обобщение		2	0	0	нет
15	Повторение	1	0	0	
16	Обобщение	1	0	0	
Итого:		34	0	4	

6 класс

№ п/п	Наименование разделов тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы	
Модуль 1. Введение. Здоровье и как его сохранить		7	0	0	нет
1	Введение	1	0	0	
2	Здоровье и правила его сбережения	6	0	0	
Модуль 2. Безопасность в природной среде		22	0	0	нет
3	Безопасное поведение в природной среде	7	0	0	
4	Правила безопасного поведения в различных видах походов	4	0	0	
5	Безопасное поведение при автономном существовании	5	0	0	
6	Опасные встречи в природных условиях	4	0	0	
7	Обобщение	2	0	0	
Модуль 3. Основы медицинских знаний		3	0	0	
8	Первая помощь в природных условиях	3	0	3	
Модуль 4. Повторение и обобщение		2	0	0	нет
9	Повторение	1	0	0	
10	Обобщение	1	0	0	
Итого:		34	0	3	

7 класс

№ п/п	Наименование разделов тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы	
Модуль 1. Введение и безопасность в социуме		4	0	0	нет
1	Введение	1	0	0	
2	Как улучшить отношения с окружающими	3	0	0	
Модуль 2. Безопасность в быту		3	0	0	нет
3	Безопасность в повседневной жизни	3	0	0	
Модуль 3. Безопасность на транспорте		3	0	0	нет
4	Безопасность в ситуациях, связанных с железнодорожным транспортом и метрополитеном	2	0	0	
5	Обобщение	1	0	0	
Модуль 4. Безопасность в общественных местах		2	0	0	нет
6	Безопасность в криминогенных ситуациях	2	0	0	
Модуль 5. Основы противодействия терроризму и экстремизму		7	0	0	нет
7	Терроризм – угроза обществу и каждому человеку	6	0	0	
8	Обобщение	1	0	0	
Модуль 6. Безопасность в природной среде		8	0	0	нет
9	Чрезвычайные ситуации природного характера	7	0	0	
10	Природные пожары	1	0	0	
Модуль 7. Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний.		5	0	0	нет
11	Чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения	1	0	0	
12	Первая помощь и правила её оказания	4	0	4	
Модуль 8. Повторение и обобщение		2	0	0	нет
13	Повторение	1	0	0	
14	Обобщение	1	0	0	
	ИТОГО	34	0	4	

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 КЛАСС**

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательн ые ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Вводный урок. Основы курса ОБЖ	1	0	0	НЕТ
2	Опасности в жизни человека	1	0	0	
3	Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях	1	0	0	
4	Разновидности чрезвычайных ситуаций. Итоги по главе	1	0	0	
5	Что такое здоровье и здоровый образ жизни	1	0	0	
6	Как сохранить здоровье. Личная гигиена	1	0	0	
7	Предупреждение вредных привычек. Основные правила здорового образа жизни. Итоги по главе	1	0	0	
8	Правила поведения для пешеходов	1	0	0	
9	Правила поведения для пассажиров	1	0	0	
10	Если вы водитель велосипеда	1	0	0	
11	Обобщающий урок по прошедшим модулям	1	0	0	
12	Среда обитания человека. Службы, которые всегда приходят на помощь	1	0	0	
13	Основные правила безопасности на улице	1	0	0	
14	Безопасность дома. Безопасность в подъезде и на	1	0	0	

	игровой площадке				
15	Как вести себя при пожаре. Итоги по главе	1	0	0	
16	Как избежать контактов со злоумышленниками и преступной средой. Советы на всю жизнь.	1	0	0	
17	Что такое экстремизм	1	0	0	
18	Терроризм – крайняя форма экстремизма	1	0	0	
19	Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта	1	0	0	
20	Что такое информационная среда	1	0	0	
21	Безопасное использование информационных ресурсов	1	0	0	
22	Как погодные условия могут влиять на безопасность человека	1	0	0	
23	Безопасное поведение на водоёмах при различных погодных условиях	1	0	0	
24	Стихийные бедствия и их опасности. Итоги по главе	1	0	0	
25	Химическое производство и связанные с ними опасности	1	0	0	
26	Ядерные объекты и их опасности	1	0	0	
27	Гидротехнические сооружения и их опасности	1	0	0	
28	Обобщающий урок по прошедшим модулям	1	0	0	

29	Основные правила оказания первой помощи	1	0	1	
30	Первая помощь и взаимопомощь при ожоге. Первая помощь при отравлениях	1	0	1	
31	Первая помощь при отравлениях	1	0	1	
32	Первая помощь при травмах. Первая помощь при чрезвычайных обстоятельствах	1	0	1	
33	Обобщающий урок по модулю	1	0	0	
34	Повторение основных тем	1	0	0	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	4	

6 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Вводный урок. Основы курса ОБЖ	1	0	0	НЕТ
2	Факторы, способствующие сбережению здоровья	1	0	0	
3	Факторы, разрушающие здоровье	1	0	0	
4	Профилактика вредных привычек	1	0	0	
5	Как избежать отрицательного воздействия окружающей среды на развитие и здоровье человека	1	0	0	
6	Правила личной гигиены	1	0	0	
7	Туризм как часть комплекса ГТО. Итоги по главе	1	0	0	
8	Безопасное поведение в туристских походах	1	0	0	
9	Виды туристских походов	1	0	0	
10	Как ориентироваться на местности	1	0	0	
11	Подготовка к проведению туристского похода	1	0	0	
12	Приметы, по которым можно определить погоду	1	0	0	
13	Как развести костер при разной погоде	1	0	0	
14	Если в лесу вас застигла гроза	1	0	0	
15	Обобщающий урок по прошедшим модулям	1	0	0	
16	Советы на всю жизнь	1	0	0	

17	Лыжные походы	1	0	0
18	Горные походы	1	0	0
19	Водные походы. Способы и средства самопомощи и взаимопомощи в водных походах. Итоги по главе	1	0	0
20	Поведение человека в условиях автономного существования в природной среде	1	0	0
21	Добровольная и вынужденная автономия человека в природной среде	1	0	0
22	Организация ночлега при автономном существовании	1	0	0
23	Как добыть питьё и пищу в условиях автономии	1	0	0
24	Как подать сигналы бедствия. Итоги по главе	1	0	0
25	Безопасность при встрече с дикими животными	1	0	0
26	Безопасность при встрече со змеёй	1	0	0
27	Защита от комаров, мошки, и других насекомых	1	0	0
28	Профилактика клещевого энцефалита	1	0	0
29	Обобщающий урок по модулю	1	0	0
30	Народные средства первой помощи. Первая помощь при травматических повреждениях	1	0	1
31	Первая помощь при солнечном и тепловом ударе. Первая помощь при переохлаждении, отморожении и	1	0	1

	ожоге				
32	Психологическая поддержка пострадавшего	1	1	1	
33	Повторение основных тем	1	0	0	
34	Обобщение по курсу ОБЖ	1	0	0	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	3	

7 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Вводный урок. Основы курса ОБЖ	1	0	0	НЕТ
2	Стресс и стрессовые ситуации. Как снизить влияние стресса на поведение и общее состояние человека	1	0	0	
3	Конфликт – особенности общения	1	0	0	
4	Безопасность в социальных сетях. Итоги по главе	1	0	0	
5	Пожарная безопасность в помещениях	1	0	0	
6	Электробезопасность в повседневной жизни	1	0	0	
7	Средства бытовой химии. Итоги по главе	1	0	0	
8	Ситуации, связанные с железнодорожным транспортом	1	0	0	
9	Безопасность в метрополитене	1	0	0	
10	Обобщающий урок по прошедшим модулям	1	0	0	
11	Как избежать встречи с преступником	1	0	0	
12	Как избежать встречи с наркоторговцем. Итог по главе	1	0	0	
13	Как государство борется с терроризмом	1	0	0	
14	Особенности современного терроризма	1	0	0	

15	Виды современной террористической деятельности	1	0	0
16	Телефонные террористы	1	0	0
17	Как не стать пособником террористов	1	0	0
18	Формирование антитеррористического поведения	1	0	0
19	Обобщающий урок по модулю	1	0	0
20	Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера	1	0	0
21	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Землетрясения	1	0	0
22	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Извержения вулканов. Оползни. Обвалы	1	0	0
23	Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения	1	0	0
24	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения	1	0	0
25	Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения	1	0	0
26	Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического и гидрологического происхождения. Итоги по главе	1	0	0
27	Степные,	1	0	0

	тростниковые, лесные, торфяные пожары. Защита населения от лесных и торфяных пожаров				
28	Эпидемии. Эпизоотии. Эпифитотии. Защита населения от чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения	1	0	0	
29	Важность своевременного оказания первой помощи	1	0	0	
30	Первая помощь при электротравме и кровотечениях	1	0	1	
31	Первая помощь при ушибах и переломах	1	0	1	
32	Транспортировка пострадавших в медицинское учреждение	1	0	1	
33	Повторение по темам модуля	1	0	0	
34	Повторение по курсу ОБЖ	1	0	0	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	4	

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

- Основы безопасности жизнедеятельности, 5-7 класс \ Виноградова Н.Ф., Смирнов Д.В., Сидоренко Л.В. и др., М.: Вентана-Граф
- Основы безопасности жизнедеятельности, 5-6 класс \ Виноградова Н.Ф., Смирнов Д.В., Сидоренко Л.В. и др., М.: Вентана-Граф

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

<https://rosuchebnik.ru/material/vinogradova-obzh-5-9-klassy-metodicheskoe-posobie/>
<https://catalog.prosv.ru/attachment/74944ad5-e8ed-11e0-85ca-001018890642.pdf>

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ
НЕТ**