

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования Оренбургской области  
Управление образования администрации города Оренбурга  
МОАУ "СОШ № 54"

УТВЕРЖЕНО

Директор

\_\_\_\_\_ Гришина Н.Г.

Приказ №

от "\_\_\_" \_\_\_\_\_ 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебного предмета

«Основы безопасности жизнедеятельности»

для 5 – 7 класса основного общего образования  
на 2023-2024 учебный год

Составитель: Дегтярева Анастасия Викторовна  
Преподаватель-организатор ОБЖ

Оренбург 2023

# **1. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

## **МОДУЛЬ № 1 «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ»**

Понятие «чрезвычайная ситуация». Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Чрезвычайные ситуации социального характера.

Опасные и чрезвычайные ситуации. Источники опасных ситуаций. Влияние человеческого фактора на возникновение опасных ситуаций.

Понятия «безопасность», «безопасность жизнедеятельности». Правила безопасности жизни. Система государственной защиты в области безопасности.

Система управления гражданской обороной. Мероприятия по гражданской обороне. Подготовка населения в области гражданской обороны. Задачи в области гражданской обороны. Принципы организации и ведения гражданской обороны. Права и обязанности граждан в области гражданской обороны. Силы гражданской обороны.

Структура и основные задачи МЧС России. Основные функции МЧС России.

Структура единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Силы и средства РСЧС.

## **МОДУЛЬ № 2 «ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ»**

Понятия «здоровье», «здоровый образ жизни». Физическое здоровье. Духовное здоровье. Неразрывная связь физического и духовного здоровья. Физиологическая составляющая здоровья. Психологическая составляющая здоровья. Нравственная составляющая здоровья. Режим дня. Отдых. Сон. Правильная и неправильная осанка. Близорукость и дальнозоркость. Развитие физических качеств (сила, быстрота, выносливость). Малоподвижный образ жизни. Двигательная активность. Закаливание и закаливающие процедуры. Питание. Вода, белки, витамины, жиры, минеральные вещества, углеводы. Определение понятия «гигиена».

Уход за зубами. Уход за кожей. Выбор одежды по сезону. Правила гигиены на каждый день. Влияние вредных привычек на здоровье человека. Вред табакокурения и употребления спиртных напитков. Электронные сигареты. Негативное отношение к приему наркотических и токсикоманических веществ. Игромания. Компьютерная игровая зависимость. Профилактика вредных привычек.

Факторы, способствующие сбережению здоровья (правильное питание, закаливание организма).

Факторы, разрушающие здоровье (долгое сидение за компьютером, избыточный вес).

Физические, химические и социальные антропогенные факторы окружающей среды. Экологическая безопасность.

Личная гигиена при занятиях туризмом. Правильный выбор одежды и обуви по сезону для участия в походе. Соблюдение правил личной гигиены в походе.

Туризм как часть комплекса ГТО.

Понятия «эпидемия», «пандемия». Пандемия коронавируса. Правила профилактики коронавируса. Профилактика инфекционных заболеваний.

Понятия «эпизоотический очаг», «панзоотия». Признаки инфекционных заболеваний животных.

Чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения. Понятия «эпифитотия», «панфитотия». Признаки инфекционных заболеваний растений.

Защита населения от эпидемий, эпизоотий, эпифитотий. Благополучие человека и его здоровье. Индивидуальная модель здорового образа жизни.

Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье. Демографическая ситуация в стране.

Репродуктивная функция семьи. Семейное право в Российской Федерации. Основные положения Семейного кодекса Российской Федерации.

### МОДУЛЬ № 3 «БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТРАНСПОРТЕ»

Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Пешеходные переходы (регулируемые и нерегулируемые). Пешеходная, велопешеходная и велосипедная дорожки. Дорожные знаки (восемь групп). Транспортные и пешеходные светофоры. Сигналы светофоров. Сигналы регулировщика. Движение пешеходов в городе и по загородным дорогам.

Общественный транспорт и правила для его пассажиров. Школьный автобус и правила пользования им. Правила для пассажиров трамваев, троллейбусов, автобусов, метрополитена.

Движение велосипедистов согласно Правилам дорожного движения Российской Федерации. Средства индивидуальной защиты велосипедиста. Требования к техническому состоянию велосипеда.

Правила безопасного поведения пассажира при передвижении на автомашине. Обязанности водителя, попавшего в ДТП. Аварийные ситуации в городском общественном транспорте. Безопасность на авиационном и водном транспорте. Правила поведения при возникновении аварийной ситуации в самолете. Безопасность пассажиров морских и речных судов.

Зоны опасности на железной дороге. «Зацеперы». Аварийная ситуация в поезде дальнего следования.

Безопасность в метрополитене.

### МОДУЛЬ № 4 «БЕЗОПАСНОСТЬ В БЫТУ»

Особенности сельских поселений. Особенности городов как среды обитания (смог, переработка и хранение бытовых отходов, шум и другие проблемы).

Правила вызова экстренных служб. Единый номер 112. Безопасность в вечернее время. Безопасность в толпе.

Источники опасности в современном жилище. Бытовой газ — источник повышенной опасности. Гигиена жилища.

Основные правила безопасности в подъезде и лифте. Основные правила безопасного поведения на игровой площадке.

Меры предосторожности при использовании электроприборов.

Пользование водопроводом, канализацией и мусоропроводом. Употребление лекарств. Потеря ключей.

Правила поведения при пожаре в квартире. Пожар на кухне, на балконе. Меры предосторожности при работе с печью.

Основные причины пожара в общественных зданиях. Основные поражающие факторы пожара. Как вести себя при пожаре в общественном месте.

Пожарная профилактика. Основные задачи пожарной охраны.

Государственная противопожарная служба (ГПС), ее функции.

Ответственность за нарушение требований пожарной безопасности.

## МОДУЛЬ № 5 «БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ»

Понятие «криминогенная ситуация». Разновидности преступлений. Правила безопасного поведения на улице, в образовательной организации, дома. Криминальные угрозы, как их избежать.

Методы снижения влияния стресса на поведение и общее состояние человека.

Как избежать конфликтной ситуации. Побег из дома. Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей.

Как не стать жертвой принуждения к самоубийству (суициду). Как противостоять опасностям вовлечения в «группы смерти».

Признаки агрессивного поведения у подростков. Как противостоять манипуляциям, в том числе в информационной среде. Признаки воздействия криминальных сообществ на учащихся. Снижение риска попадания под влияние криминальных структур.

## МОДУЛЬ № 6 «ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ»

Понятия «экстремизм», «экстремистская деятельность». Опасные формы экстремистской деятельности. Ответственность за экстремистскую деятельность.

Понятие «терроризм». Особенности современного терроризма.

Виды террористической деятельности. Формы проявления терроризма. Ответственность несовершеннолетних за участие в террористической деятельности. Ложные сообщения о терактах.

Признаки наличия взрывного устройства. Правила поведения в различных ситуациях, связанных с проявлением террористической деятельности.

Государственное законодательство о борьбе с терроризмом. Основные задачи Национального антитеррористического комитета (НАК).

Как не стать пособником террористов.

Как действуют вербовщики террористических организаций. Уголовный кодекс Российской Федерации об ответственности за террористическую деятельность.

Основные нормативно-правовые акты по противодействию экстремизму и терроризму.

Общегосударственное противодействие терроризму.

Основные задачи противодействия терроризму. Основные направления предупреждения (профилактики) терроризма. Силловые ведомства, привлекаемые к антитеррористической деятельности.

Праворадикальные сообщества. Леворадикальные сообщества. Общие правила интернет-безопасности с целью противостояния экстремизму и терроризму.

Обнаружение подозрительного предмета, который может оказаться взрывным устройством. Захват в заложники. Правила поведения при захвате самолета террористами. Обеспечение безопасности при перестрелке.

## МОДУЛЬ № 7 «БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ»

Ветер. Гроза. Молния. Правила поведения при грозе. Гололед и гололедица.

Правила поведения на замерзшем водоеме. Безопасность при купании в водоемах летом.

Землетрясение. Наводнение. Ураган. Сель. Оползень. Правила поведения во время стихийных бедствий.

Однодневные и многодневные, местные и дальние туристские походы. Основные меры безопасности в туристских походах.

Ориентирование по солнцу. Ориентирование по природным признакам. Ориентирование по местным признакам. Способы определения сторон горизонта по компасу, небесным светилам и карте.

Руководитель похода и его обязанности. Санитар и его обязанности. Состав аптечки первой помощи (походной аптечки). Туристское снаряжение в зависимости от вида похода.

Виды костров. Правила разведения костров.

Признаки приближающейся грозы. Безопасное поведение во время грозы.

Пеший поход. Ведущий турист. Замыкающий турист. Техника движения по равнинной и пересеченной местности. Устройство бивака.

Особенности снаряжения для лыжного похода.

Организация движения лыжников во время похода.

Организация движения при подъеме и спуске во время горного похода.

Плавающие средства для водного похода. Общий распорядок ходового дня. Правила действия во время аварии судна.

Особенности добровольного и вынужденного существования в природе.

Факторы, способствующие и препятствующие выживанию при автономном существовании.

Сооружение временного жилища при автономном существовании. Способы добывание огня.

Съедобные растения, грибы, орехи. Очистка и обеззараживание воды.

Средства аварийной сигнализации.

Правила поведения при встрече с дикими животными (лосем, кабаном, волком, медведем, лисой, бобр).).

Безопасность при встрече со змеей.

Защита от комаров, мошки и других насекомых.

Клещевой вирусный энцефалит, его переносчики, места и время передачи, последствия заболевания. Способы удаления клещей с тела.

Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (землетрясение).

Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (извержения вулканов, оползни, обвалы).

Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (ураганы и бури, смерчи).

Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (наводнения, сели, цунами, снежные лавины).

Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера.

Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары. Правила безопасности и защита населения.

## МОДУЛЬ № 8 «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ»

Цель оказания первой помощи. Неотложные состояния, при которых необходимо оказывать помощь. Телефоны для вызова скорой медицинской помощи. Средства из домашней аптечки, которые нужно использовать при оказании первой помощи.

Виды ожогов в зависимости от травмирующего источника, воздействующего на кожу (термические, электрические, лучевые, химические). Поверхностные и глубокие ожоги. Правила первой помощи при различных видах ожогов.

Различные пути попадания отравляющих веществ в человеческий организм. Правила безопасности для предупреждения случаев отравления. Первая помощь при отравлении минеральными веществами и бытовой химией.

Понятия «ушиб», «травма», «перелом». Первая помощь. Первая помощь при электротравме.

Виды кровотечения. Способы временной остановки наружного кровотечения. Оказание первой помощи при носовом кровотечении.

Способы транспортировки пострадавшего.

Народные средства для остановки кровотечения, от кашля, от воспаления.

Первая помощь при травме конечностей, при повреждении глаз и носа. Иммобилизация при травме конечностей.

Первая помощь при солнечном и тепловом ударах.

Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге. Психологическая поддержка пострадавшего.

Переломы, вывихи, растяжения.

Оказание первой помощи при утоплении, остановке сердца и коме.

Первая помощь при отравлениях аварийно химически опасными веществами.

Первая помощь при массовых поражениях людей.

Первая помощь при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути.

Первая помощь при отсутствии сознания и остановке дыхания.

## МОДУЛЬ № 9 «БЕЗОПАСНОСТЬ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ»

Безопасность на улице. Безопасность в городском транспорте. Как обеспечить свою безопасность в квартире.

Безопасность на уроках и переменах. Безопасность на практических занятиях. Права потребителя на безопасность товара.

Основные положения Федерального закона «О защите прав потребителей».

Безопасность товара (работы, услуги). Информация о товарах (работах, услугах). Защита потребителя от опасного товара. Права потребителя при обнаружении в товаре недостатков. Замена товара ненадлежащего качества.

Права потребителя при обнаружении недостатков выполненной работы (оказанной услуги).

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА по параллелям обучения

### 5 класс

1. Опасные и чрезвычайные ситуации. Источники опасных ситуаций. Влияние человеческого фактора на возникновение опасных ситуаций.
2. Понятия «безопасность», «безопасность жизнедеятельности». Правила безопасности жизни. Система государственной защиты в области безопасности.
3. Понятия «здоровье», «здоровый образ жизни». Физическое здоровье. Духовное здоровье. Неразрывная связь физического и духовного здоровья. Физиологическая составляющая здоровья. Психологическая составляющая здоровья. Нравственная составляющая здоровья.
4. Режим дня. Отдых. Сон. Правильная и неправильная осанка. Близорукость и дальновидность. Развитие физических качеств (сила, быстрота, выносливость). Малоактивный образ жизни. Двигательная активность. Закаливание и закаливающие процедуры.
5. Питание. Вода, белки, витамины, жиры, минеральные вещества, углеводы. Определение понятия «гигиена».
6. Уход за зубами. Уход за кожей. Выбор одежды по сезону. Правила гигиены на каждый день.
7. Факторы, способствующие сохранению здоровья (правильное питание, закаливание организма).
8. Факторы, разрушающие здоровье (долгое сидение за компьютером, избыточный вес).
9. Профилактика вредных привычек.
10. Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Пешеходные переходы (регулируемые и нерегулируемые). Пешеходная, велопешеходная и велосипедная дорожки. Дорожные знаки (восемь групп). Транспортные и пешеходные светофоры. Сигналы светофоров. Сигналы регулировщика. Движение пешеходов в городе и по загородным дорогам.
11. Общественный транспорт и правила для его пассажиров. Школьный автобус и правила пользования им. Правила для пассажиров трамваев, троллейбусов, автобусов, метрополитена.
12. Безопасность в метрополитене.
13. Особенности сельских поселений. Особенности городов как среды обитания (смог, переработка и хранение бытовых отходов, шум и другие проблемы). Правила вызова экстренных служб. Единый номер 112.
14. Безопасность в вечернее время. Безопасность в толпе.
15. Источники опасности в современном жилище. Бытовой газ — источник повышенной опасности. Гигиена жилища.
16. Основные правила безопасности в подъезде и лифте. Основные правила безопасного поведения на игровой площадке.
17. Меры предосторожности при использовании электроприборов. Пользование водопроводом, канализацией и мусоропроводом. Употребление лекарств. Потеря ключей.
18. Правила поведения при пожаре в квартире. Пожар на кухне, на балконе. Меры предосторожности при работе с печью. ***Пожар и средства пожаротушения. Требования пожарной безопасности в жилье.***

19. Понятие «криминогенная ситуация». Разновидности преступлений. Правила безопасного поведения на улице, в образовательной организации, дома.
20. Криминальные угрозы, как их избежать.
21. Понятие «терроризм». Особенности современного терроризма.
22. Признаки наличия взрывного устройства.
23. Правила поведения в различных ситуациях, связанных с проявлением террористической деятельности.
24. Ветер. Гроза. Молния. Правила поведения при грозе. Гололед и гололедица.
25. Правила поведения на замерзшем водоеме. Безопасность при купании в водоемах летом.
26. Землетрясение. Наводнение. Ураган. Сель. Оползень. Правила поведения во время стихийных бедствий.
27. Цель оказания первой помощи. Телефоны для вызова скорой медицинской помощи. Средства из домашней аптечки, которые нужно использовать при оказании первой помощи.
28. Понятия «ушиб», «травма», «перелом».
29. Переломы, вывихи, растяжения.
30. Первая помощь.
31. Безопасность на улице. Безопасность в городском транспорте.
32. Как обеспечить свою безопасность в квартире.
33. Безопасность на уроках и переменах.
34. Безопасность на практических занятиях.

#### 6 класс

1. Вред табакокурения и употребления спиртных напитков. Игромания. Компьютерная игровая зависимость
2. Личная гигиена при занятиях туризмом. Правильный выбор одежды и обуви по сезону для участия в походе. Соблюдение правил личной гигиены в походе.
3. Туризм как часть комплекса ГТО.
4. Однодневные и многодневные, местные и дальние туристские походы.
5. Основные меры безопасности в туристских походах.
6. Ориентирование по солнцу. Ориентирование по природным признакам. Ориентирование по местным признакам. Способы определения сторон горизонта по компасу, небесным светилам и карте.
7. Руководитель похода и его обязанности. Санитар и его обязанности.
8. Состав аптечки первой помощи (походной аптечки). Туристское снаряжение в зависимости от вида похода.
9. Виды костров. Правила разведения костров.
10. Признаки приближающейся грозы. Безопасное поведение во время грозы.
11. Пеший поход. Ведущий турист. Замыкающий турист. Техника движения по равнинной и пересеченной местности. Устройство бивака.
12. Особенности снаряжения для лыжного похода. Организация движения лыжников во время похода.
13. Организация движения при подъеме и спуске во время горного похода.
14. Плавучие средства для водного похода. Общий распорядок ходового дня. Правила действия во время аварии судна.
15. Особенности добровольного и вынужденного существования в природе.



16. Сооружение временного жилища при автономном существовании. Способы добывание огня.
17. Съедобные растения, грибы, орехи.
18. Очистка и обеззараживание воды.
19. Средства аварийной сигнализации
20. Правила поведения при встрече с дикими животными (лосем, кабаном, волком, медведем, лисой, бобром).
21. Безопасность при встрече со змеей.
22. Защита от комаров, мошки и других насекомых.
23. Клещевой вирусный энцефалит, его переносчики, места и время передачи, последствия заболевания. Способы удаления клещей с тела.
24. Факторы, способствующие и препятствующие выживанию при автономном существовании.
25. Основные меры безопасности в туристских походах.
26. Правила поведения на замерзшем водоеме.
27. Безопасность при купании в водоемах летом.
28. **Пожарная безопасность в лесу. Причины лесных пожаров**  
**Соблюдение требований пожарной безопасности в противопожарный период.**
29. Правила поведения во время стихийных бедствий.
30. Народные средства для остановки кровотечения, от кашля, от воспаления.
31. Первая помощь при травме конечностей, при повреждении глаз и носа. Иммобилизация при травме конечностей.
32. Первая помощь при солнечном и тепловом ударах.
33. Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге.
34. Психологическая поддержка пострадавшего.

#### 7 класс

1. Понятие «чрезвычайная ситуация». Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Чрезвычайные ситуации социального характера.
2. Понятия «эпидемия», «пандемия». Пандемия коронавируса.
3. Понятия «эпизоотический очаг», «панзоотия». Признаки инфекционных заболеваний животных.
4. Чрезвычайные ситуации биологосоциального происхождения. Понятия «эпифитотия», «панфитотия». Признаки инфекционных заболеваний растений.
5. Защита населения от эпидемий, эпизоотий, эпифитотий.
6. Правила профилактики коронавируса.
7. Профилактика инфекционных заболеваний.
8. Безопасность на авиационном и водном транспорте. Правила поведения при возникновении аварийной ситуации в самолете.
9. Безопасность пассажиров морских и речных судов.
10. Зоны опасности на железной дороге. «Зацеперы».
11. Аварийная ситуация в поезде дальнего следования.
12. Методы снижения влияния стресса на поведение и общее состояние человека. Как избежать конфликтной ситуации.
13. Побег из дома. Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей.
14. Признаки агрессивного поведения у подростков.

15. Как противостоять манипуляциям, в том числе в информационной среде.
16. Понятия «экстремизм», «экстремистская деятельность». Опасные формы экстремистской деятельности. Ответственность за экстремистскую деятельность.
17. Виды террористической деятельности. Формы проявления терроризма. Ответственность несовершеннолетних за участие в террористической деятельности. Ложные сообщения о терактах.
18. Как не стать пособником террористов.
19. Общегосударственное противодействие терроризму.
20. Праворадикальные сообщества. Леворадикальные сообщества.
21. Общие правила интернет-безопасности с целью противостояния экстремизму и терроризму.
22. Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера.
23. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (землетрясение).
24. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (извержения вулканов).
25. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (оползни, обвалы).
26. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (ураганы и бури, смерчи).
27. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (наводнения, сели, цунами).
28. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (снежные лавины).
29. Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары.
30. Правила безопасности и защита населения. **Профилактика пожаров**
31. Виды кровотечения. Способы временной остановки наружного кровотечения.
32. Оказание первой помощи при носовом кровотечении.
33. Переломы, вывихи, растяжения.
34. Способы транспортировки пострадавшего.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» НА УРОВНЕ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

Настоящая Программа четко 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**

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 ОБЖ, должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на ее 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.

#### **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).

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

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

4. Эстетическое воспитание:

формирование гармоничной личности, формирование 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 языковой и читательской культурой как средством познания мира; овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия.

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

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 и 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 свое эмоциональное состояние и эмоциональное состояние других людей, умение 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 развитие 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 учетом личных и общественных интересов и потребностей.

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.

## **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Метапредметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся межпредметных понятий (используются результаты освоения программы основного общего образования) и должны отражать:

- овладение универсальными учебными 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 учетом 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 учетом самостоятельно выделенных критериев).

Базовые исследовательские действия:

- ☐ использовать вопросы как исследовательский инструмент познания;
- ☐ формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта, самостоятельно устанавливать искомое и данное;
- ☐ формировать гипотезу об истинности собственных суждений и суждений других, аргументировать свою позицию, мнение;
- ☐ проводить по самостоятельно составленному плану опыт, несложный эксперимент, небольшое исследование по установлению особенностей объекта изучения, причинно-следственных связей и зависимостей объектов между собой;
- ☐ оценивать на применимость и достоверность информации, полученной в ходе исследования (эксперимента);
- ☐ самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведенного наблюдения, опыта, исследования, владеть инструментами оценки достоверности полученных выводов и обобщений;
- ☐ 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 учетом 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 надежность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;

☐ эффективно запоминать и систематизировать информацию. Овладение системой универсальных учебных познавательных действий обеспечивает сформированность когнитивных навыков у обучающихся.

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями.

Общение:

☐ воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения;

☐ выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;

☐ распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;

☐ понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;

☐ в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения;

☐ сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;

☐ публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта);

☐ самостоятельно выбирать формат выступления с учетом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов.

Совместная деятельность:

☐ понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи;

☐ принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы; уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;

☐ планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнений, «мозговые штурмы» и иные);

☐ выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды;

☐ оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия; сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к представлению отчета перед группой.

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

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями.

Самоорганизация:

☐ выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях;

- ☐ ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);
- ☐ самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной задачи с учетом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;
- ☐ составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учетом получения новых знаний об изучаемом объекте;
- ☐ делать выбор и принимать ответственность за решение. Самоконтроль:
- ☐ владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;
- ☐ давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения;
- ☐ учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;
- ☐ объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;
- ☐ вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;
- ☐ оценивать соответствие результата цели и условиям.

Эмоциональный интеллект:

- ☐ различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других;
- ☐ выявлять и анализировать причины эмоций;
- ☐ 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 свое право на ошибку и такое же право другого; принимать себя и других, не осуждая;
- ☐ открытость для себя и других;
- ☐ осознавать невозможность контролировать все вокруг.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Предметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся основ культуры безопасности жизнедеятельности и проявляются в способности построения и следования модели индивидуального безопасного поведения и опыте ее 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, в 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 предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» 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 распространенных видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти 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) овладение знаниями и умениями применять меры и средства индивидуальной защиты, приемы 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 учетом реальных условий и возможностей;
- 11) освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания;
- 12) овладение знаниями и умениями предупреждать опасные и чрезвычайные ситуации 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).

Предлагается распределение предметных результатов, формируемых в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, сгруппировать по учебным модулям.

#### **МОДУЛЬ № 1. «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ»:**

овладеть знаниями и умениями определять источники опасных и чрезвычайных ситуаций; объяснять роль человеческого фактора в возникновении чрезвычайных ситуаций; формировать культуру безопасности жизнедеятельности на основе освоенных знаний и умений, понимать значимость безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Понимать происхождение чрезвычайных ситуаций природного, техногенного, социального характера.

#### **МОДУЛЬ № 2. «БЕЗОПАСНОСТЬ В БЫТУ»:**



овладеть 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); уметь оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учетом реальных условий и возможностей.

#### **МОДУЛЬ № 3. «БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТРАНСПОРТЕ»:**

овладеть знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций на транспорте; объяснять значение предупреждающих знаков; знать правила дорожного движения, уметь ими пользоваться. Знать правила вождения и содержания велосипеда. Уметь оценивать и прогнозировать опасные ситуации на различных видах транспорта.

#### **МОДУЛЬ № 4. «БЕЗОПАСНОСТЬ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ»:**

овладеть знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций во время пребывания на улице, в общественном транспорте; овладеть знаниями и умениями применять меры и средства индивидуальной защиты при встрече с мошенниками; обеспечивать безопасность при встрече с наркоторговцами; знать права потребителей и уметь ими пользоваться.

#### **МОДУЛЬ № 5. «БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ»:**

овладеть знаниями безопасного поведения на природе, во время грозы, во время гололеда, на водоемах и др., знать правила безопасного поведения в туристских походах; уметь ориентироваться по природным признакам; объяснять обязанности членов туристской группы; безопасно действовать при автономном существовании: уметь добывать огонь, знать растения, грибы и др., которые можно употреблять в пищу; знать повадки диких животных, чтобы избежать опасности; раскрывать особенности природных чрезвычайных ситуаций, безопасно действовать во время наводнения, цунами, схода снежных лавин.

#### **МОДУЛЬ № 6. «ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ»:**

сформировать социально ответственное отношение к ведению здорового образа жизни, исключая употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесения иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих; раскрывать понятия здоровья, здорового образа жизни; объяснять факторы, негативно влияющие на здоровье; соблюдать правила личной гигиены; характеризовать явления эпидемии, пандемии; безопасно действовать в случае возникновения социально-биологических чрезвычайных ситуаций.

#### **МОДУЛЬ № 7. «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ»:**

освоить основы медицинских знаний и овладеть 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.

#### **МОДУЛЬ № 8. «БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ»:**

овладеть правилами безопасного поведения при встрече с преступной средой; овладеть знаниями и умениями применять меры и средства индивидуальной защиты, приемы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; владеть

способами самоубеждения и самоприказа, чтобы избежать состояния стресса; уметь избегать конфликтных ситуаций.

#### МОДУЛЬ № 9. «ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ:

объяснять понятия «экстремизм» и «терроризм»; знать и понимать роль государства и общества в решении задачи обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций социального характера; распознавать угрозы террористического характера; уметь противостоять воздействию деструктивных сообществ; безопасно действовать в ситуациях, связанных с террористической безопасностью.

### 3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

5 класс

Тема	Тематическое планирование	Содержание учебного предмета	Характеристика видов деятельности учащихся
<b>МОДУЛЬ «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ (2 ч)</b>			
<b>Человек и его безопасность (2 ч)</b>	Опасности в жизни человека. Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях.	1. Опасные и чрезвычайные ситуации. Источники опасных ситуаций. Влияние человеческого фактора на возникновение опасных ситуаций. 2. Понятия «безопасность», «безопасность жизнедеятельности». Правила безопасности жизни. Система государственной защиты в области безопасности.	Характеризуют опасные ситуации. Анализируют особенности опасных ситуаций. Сравнивают понятия «опасность» и «безопасность». Усваивают правила безопасного поведения.
<b>МОДУЛЬ «ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ» (7 ч)</b>			
<b>Здоровье и факторы, влияющие на него (4 ч)</b>	Что такое здоровье и здоровый образ жизни. Как сохранить здоровье. Личная гигиена. Основные правила здорового образа жизни	1. Понятия «здоровье», «здоровый образ жизни». Физическое здоровье. Духовное здоровье. Неразрывная связь физического и духовного здоровья. Физиологическая составляющая здоровья. Психологическая составляющая здоровья. Нравственная составляющая здоровья. 2. Режим дня. Отдых. Сон. Правильная и неправильная осанка. Близорукость и дальновидность. Развитие физических качеств (сила, быстрота, выносливость). Малоподвижный образ жизни. Двигательная активность. Закаливание и закаливающие процедуры. 3. Питание. Вода, белки, витамины, жиры, минеральные вещества, углеводы. Определение понятия «гигиена». 4. Уход за зубами. Уход за кожей. Выбор одежды по сезону. Правила гигиены на каждый день.	Характеризуют составляющие здоровья. Определяют понятие «здоровый образ жизни». Анализируют определения понятий «здоровье», приводимых в разных источниках, формулируют свое определение. Формулируют правила здорового образа жизни.
<b>Здоровье и правила его сбережения (3 ч)</b>	Факторы, способствующие сбережению здоровья. Факторы, разрушающие здоровье. Профилактика вредных привычек.	1. Факторы, способствующие сбережению здоровья (правильное питание, закаливание организма). 2. Факторы, разрушающие здоровье (долгое сидение за компьютером, избыточный вес). 3. Профилактика вредных привычек.	Характеризуют факторы, сберегающие здоровье: правильное питание, двигательная активность, закаливание. Объясняют пагубное влияние курения, игромании, наркомании на здоровье человека. Формируют отрицательное отношение к вредным привычкам, разрабатывают меры профилактики названных привычек.
<b>МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТРАНСПОРТЕ» (3 ч)</b>			
<b>Безопасное поведение на дорогах и в транспорте (2 ч)</b>	Правила поведения для пешеходов. Правила поведения для пассажиров.	1. Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Пешеходные переходы (регулируемые и нерегулируемые). Пешеходная, велопешеходная и велосипедная дорожки. Дорожные	Объясняют принципы безопасного поведения на дороге и в транспорте. Сравнивают правила поведения для пешехода и пассажира.

		<p>знаки (восемь групп). Транспортные и пешеходные светофоры. Сигналы светофоров. Сигналы регулировщика. Движение пешеходов в городе и по загородным дорогам.</p> <p>2. Общественный транспорт и правила для его пассажиров. Школьный автобус и правила пользования им. Правила для пассажиров трамваев, троллейбусов, автобусов, метрополитена.</p>	Усваивают элементы дорожной системы. <i>Практические занятия.</i>
Безопасность в ситуациях, связанных с железнодорожным транспортом и метрополитеном (1 ч)	Безопасность в метрополитене	1. Безопасность в метрополитене.	Характеризуют особенности метрополитена как особого вида транспорта.
<b>МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В БЫТУ» (6 ч)</b>			
Безопасность вашего жилища (6 ч)	Среда обитания человека. Службы, которые всегда приходят на помощь. Основные правила безопасности на улице. Безопасность дома. Безопасность в подъезде и на игровой площадке. Как вести себя при пожаре	<p>1. Особенности сельских поселений. Особенности городов как среды обитания (смог, переработка и хранение бытовых отходов, шум и другие проблемы). Правила вызова экстренных служб. Единый номер 112.</p> <p>2. Безопасность в вечернее время. Безопасность в толпе.</p> <p>3. Источники опасности в современном жилище. Бытовой газ — источник повышенной опасности. Гигиена жилища.</p> <p>4. Основные правила безопасности в подъезде и лифте. Основные правила безопасного поведения на игровой площадке.</p> <p>5. Меры предосторожности при использовании электроприборов. Пользование водопроводом, канализацией и мусоропроводом. Употребление лекарств. Потеря ключей.</p> <p>6. Правила поведения при пожаре в квартире. Пожар на кухне, на балконе. Меры предосторожности при работе с печью. <b>Пожар и средства пожаротушения. Требования пожарной безопасности в жилье.</b></p>	Характеризуют особенности сельских поселений и городов как среды обитания человека. Усваивают телефоны экстренных служб. Объясняют причины повышенной опасности жизни в городе, усваивают правила безопасного поведения на улице, в толпе, дома. Усваивают правила пользования бытовым газом во избежание опасностей. Учатся пользоваться лифтом, безопасно вести себя на игровой площадке. Составляют правила поведения во время пожара. <i>Практические занятия</i>
<b>МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ» (2 ч)</b>			
Безопасность в криминогенных ситуациях (2 ч)	Как избежать контактов со злоумышленниками и преступной средой. Советы на всю жизнь	<p>1. Понятие «криминогенная ситуация». Разновидности преступлений. Правила безопасного поведения на улице, в образовательной организации, дома.</p> <p>2. Криминальные угрозы, как их избежать.</p>	Характеризуют общее понятие «криминогенная ситуация». Анализируя содержание учебника, формулируют виды криминогенных ситуаций. Формулируют правила безопасного поведения при встрече с грабителями, компьютерными мошенниками и кибертеррористами.
<b>МОДУЛЬ «ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ» (3 ч)</b>			

Экстремизм и терроризм — угрозы личности, обществу и государству (3 ч)	Что такое экстремизм. Терроризм — крайняя форма экстремизма. Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта	1.Понятие «терроризм». Особенности современного терроризма. 2.Признаки наличия взрывного устройства. 3.Правила поведения в различных ситуациях, связанных с проявлением террористической деятельности.	Характеризуют экстремизм и терроризм как идеологию насилия, противоправные социальные деяния. Учатся распознавать экстремистскую и террористическую опасность. Формируют активную гражданскую позицию в неприятии экстремистских, террористических идей.
<b>МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ» (3 ч)</b>			
Безопасность в различных погодных условиях и при стихийных бедствиях (3 ч)	Как погодные условия могут влиять на безопасность человека. Безопасное поведение на водоемах при различных погодных условиях. Стихийные бедствия и их опасности	1.Ветер. Гроза. Молния. Правила поведения при грозе. Гололед и гололедица. 2.Правила поведения на замерзшем водоеме. Безопасность при купании в водоемах летом. 3.Землетрясение. Наводнение. Ураган. Сель. Оползень. Правила поведения во время стихийных бедствий.	Характеризуют особенности влияния погодных условий на безопасность человека.  Изучают, какие явления относятся к стихийным бедствиям.  Моделируют собственное безопасное поведение во время грозы, гололедицы, урагана, землетрясения и при других неблагоприятных природных явлениях.  Усваивают правила безопасного поведения на водоемах в различное время года.  <i>Практические занятия</i>
<b>МОДУЛЬ «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ» (4 ч)</b>			
Первая помощь и правила ее оказания (2ч)	Основные правила оказания первой помощи. Первая помощь при травмах.	1.Цель оказания первой помощи. Телефоны для вызова скорой медицинской помощи. Средства из домашней аптечки, которые нужно использовать при оказании первой помощи. 2.Понятия «ушиб», «травма», «перелом».	Знакомятся с официальными документами, регламентирующими правила оказания первой помощи. <i>Практические занятия</i>
Оказание первой помощи (2 ч)	Оказание первой помощи при травмах. Общие правила оказания первой помощи.	1.Переломы, вывихи, растяжения. 2.Первая помощь.	Характеризуют значение первой помощи при неотложных состояниях.  Характеризуют средства, используемые при оказании первой помощи.  Отрабатывают навыки оказания первой помощи при травмах, ушибах. <i>Практические занятия</i>
<b>МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ» (4 ч)</b>			
Безопасность в криминогенных ситуациях (2 ч)	Как избежать встречи с преступником. Как избежать встречи с нарко торговцем	1.Безопасность на улице. Безопасность в городском транспорте. 2. Как обеспечить свою безопасность в квартире.	Характеризуют опасные ситуации на улице, в квартире, в городском транспорте.  Объясняют опасность наркотизма.

<b>Безопасность в учебном и производственном процессах (2 ч)</b>	Безопасность на уроках и переменах. Безопасность на практических занятиях	1.Безопасность на уроках и переменах. 2. Безопасность на практических занятиях.	Объясняют значение безопасного поведения в образовательной организации на уроках и во время перемен.  Характеризуют особенности безопасности во время практических занятий.  <i>Практические занятия</i>
--	--	--	--

#### Основы безопасности жизнедеятельности, 6 класс

Тема	Тематическое планирование	Содержание учебного предмета	Характеристика видов деятельности учащихся
<b>МОДУЛЬ «ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ» (3ч)</b>			
<b>Здоровье и факторы, влияющие на него (1 ч)</b>	Предупреждение вредных привычек.	1.Вред табакокурения и употребления спиртных напитков. Игромания. Компьютерная игровая зависимость.	Выявляют факторы, влияющие на состояние здоровья человека. Вырабатывают правила борьбы с вредными привычками.
<b>Здоровье и правила его сбережения (2ч)</b>	Правила личной гигиены при занятиях туризмом. Туризм как часть комплекса ГТО	1.Личная гигиена при занятиях туризмом. Правильный выбор одежды и обуви по сезону для участия в походе. Соблюдение правил личной гигиены в походе. 2.Туризм как часть комплекса ГТО.	Описывают правила личной гигиены, которые необходимо соблюдать во время туристских походов. Составляют личный план выполнения норм ГТО, участвуя в туристских походах. <i>Практические занятия</i>
<b>МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ» (26 ч)</b>			
<b>Безопасное поведение на природе (7 ч)</b>	Безопасное поведение в туристских походах. Виды туристских походов. Как ориентироваться на местности. Подготовка к проведению туристского похода.	1.Однодневные и многодневные, местные и дальние туристские походы. 2.Основные меры безопасности в туристских походах. 3.Ориентирование по солнцу. Ориентирование по природным признакам. Ориентирование по местным признакам. Способы определения сторон горизонта по компасу, небесным светилам и карте. 4.Руководитель похода и его обязанности. Санитар и его обязанности. 5.Состав аптечки первой помощи (походной аптечки). Туристское снаряжение в зависимости от вида похода. 6.Виды костров. Правила разведения костров. 7.Признаки приближающейся грозы. Безопасное поведение во время грозы.	Объясняют необходимость соблюдения правил безопасного поведения в туристских походах.  Составляют план ориентирования на местности во время туристского похода.  Усваивают принципы разработки маршрута, подбора туристского снаряжения в зависимости от вида похода.  Описывают приметы, по которым можно ориентироваться во время похода.  Осваивают правила разведения костра, выбора места для костра.  Составляют правила безопасного поведения во время грозы, если турист заблудился.  <i>Практические занятия</i>

<p><b>Правила безопасного поведения в различных видах походов (4 ч)</b></p>	<p>Советы на всю жизнь. Лыжные походы. Горные походы. Водные походы. Способы и средства самопомощи и взаимопомощи в водных походах</p>	<p>1.Пеший поход. Ведущий турист. Замыкающий турист. Техника движения по равнинной и пересеченной местности. Устройство бивака. 2.Особенности снаряжения для лыжного похода. Организация движения лыжников во время похода. 3.Организация движения при подъеме и спуске во время горного похода. 4.Плавучие средства для водного похода. Общий распорядок ходового дня. Правила действия во время аварии судна.</p>	<p>Различают виды походов по их сложности. Объясняют особенности лыжных, горных, водных походов.</p> <p>Анализируют правила преодоления препятствий во время водных походов.</p> <p>Сравнивают правила разведения костров в различных походах.</p> <p>Осваивают особенности передвижения в различных походах.</p> <p>Объясняют особенности рациона туристов в лыжных, горных и водных походах.</p> <p><i>Практические занятия</i></p>
<p><b>Безопасное поведение при автономном существовании (5 ч)</b></p>	<p>Поведение человека в условиях автономного существования в природной среде.</p> <p>Добровольная и вынужденная автономия человека в природной среде. Организация ночлега при автономном существовании.</p> <p>Как добыть питье и пищу в условиях автономии. Как подать сигналы бедствия</p>	<p>1.Особенности добровольного и вынужденного существования в природе. 2.Сооружение временного жилища при автономном существовании. Способы добывание огня. 3.Съедобные растения, грибы, орехи. 4.Очистка и обеззараживание воды. 5.Средства аварийной сигнализации.</p>	<p>Объясняют особенности и виды автономного существования человека.</p> <p>Разрабатывают план сооружения жилища, добывания огня во время автономного существования. Описывают растения, которые можно употреблять в пищу.</p>
<p><b>Опасные встречи в природных условиях (4 ч)</b></p>	<p>Безопасность при встрече с дикими животными. Безопасность при встрече со змеями. Защита от комаров и мошки и других насекомых. Профилактика клещевого энцефалита</p>	<p>1.Правила поведения при встрече с дикими животными (лосем, кабаном, волком, медведем, лисой, бобром). 2.Безопасность при встрече со змеями. 3.Защита от комаров, мошки и других насекомых. 4.Клещевой вирусный энцефалит, его переносчики, места и время передачи, последствия заболевания. Способы удаления клещей с тела.</p>	<p>Описывают особенности диких животных, которые обитают в вашем регионе.</p> <p>Изучают правила безопасности во время встречи с дикими животными.</p> <p>Характеризуют виды и особенности змей. Описывают правила безопасного поведения во время встречи с ядовитой змеей.</p> <p>Объясняют опасности комаров и мошек, необходимость защиты от насекомых.</p> <p>Характеризуют опасность клещевого энцефалита, правила профилактики.</p> <p><i>Практические занятия</i></p>
<p><b>Защита от опасных и чрезвычайных ситуаций природного и биолого-социального характера (6 ч)</b></p>	<p>Чрезвычайные ситуации природного и биолого-социального характера и их последствия.</p>	<p>1.Факторы, способствующие и препятствующие выживанию при автономном существовании. 2.Основные меры безопасности в туристских походах.</p>	<p>Характеризуют особенности природных и биолого-социальных чрезвычайных ситуаций, таких как извержение вулкана, землетрясение, обвалы,</p>

	<p>Основные правила безопасного поведения на водоемах в различное время года. Безопасный отдых на водоемах и оказание помощи терпящим бедствие на воде.</p> <p>Правила безопасности в туристских походах. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде. Опасные ситуации в природных условиях.</p>	<p>3.Правила поведения на замерзшем водоеме.</p> <p>4. Безопасность при купании в водоемах летом.</p> <p>5.<b>Пожарная безопасность в лесу. Причины лесных пожаров. Соблюдение требований пожарной безопасности в противопожарный период.</b></p> <p>6.Правила поведения во время стихийных бедствий.</p>	<p>ураганы, сели, эпизоотии, пандемии и др.</p> <p>Раскрывают особенности безопасного поведения в различное время года.</p> <p>Объясняют правила оказания помощи терпящим бедствие на воде во время отдыха и водных туристских походов.</p> <p>Объясняют различные способы ориентирования. Формируют представление о различных видах туристских походов.</p> <p>Усваивают правила обеспечения безопасности при автономном существовании человека в природной среде: обеспечение ночевки, добывание огня, пищи и др.</p> <p>Объясняют правила подачи сигналов бедствия.</p> <p><i>Практические занятия</i></p>
--	--	---	---

#### МОДУЛЬ «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ» (5 ч)

<p><b>Первая помощь в природных условиях (5 ч)</b></p>	<p>Народные средства первой помощи. Первая помощь при травматических повреждениях.</p> <p>Первая помощь при солнечном и тепловом ударе. Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге. Психологическая поддержка пострадавшего.</p>	<p>1.Народные средства для остановки кровотечения, от кашля, от воспаления.</p> <p>2.Первая помощь при травме конечностей, при повреждении глаз и носа. Иммобилизация при травме конечностей.</p> <p>3.Первая помощь при солнечном и тепловом ударах.</p> <p>4.Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге.</p> <p>5.Психологическая поддержка пострадавшего.</p>	<p>Объясняют особенности первой помощи в природных условиях.</p> <p>Описывают средства оказания первой помощи в походе.</p> <p>Отрабатывают навыки оказания первой помощи при травмах, ушибах. Распознают виды кровотечений и способы оказания помощи при кровотечениях.</p> <p>Изучают особенности оказания первой помощи при тепловом ударе, переохлаждении, отморожении, ожоге.</p> <p>Изучают способы оказания психологической поддержки.</p> <p>Объясняют значение психологической поддержки для пострадавшего.</p> <p><i>Практические занятия</i></p>
--	---	---	---

Основы безопасности жизнедеятельности, 7 класс

#### МОДУЛЬ «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ (1 ч)



<b>Человек и его безопасность ( 1ч)</b>	Разновидности чрезвычайных ситуаций	1. Понятие «чрезвычайная ситуация». Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Чрезвычайные ситуации социального характера.	Различают чрезвычайные ситуации по причинам возникновения и последствия. <i>Практические занятия</i>
---	-------------------------------------	--	---

### МОДУЛЬ «ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ» (6 ч)

<b>Чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения (4 ч)</b>	Эпидемии. Эпизоотии. Эпифитотии. Защита населения от чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения	1.Понятия «эпидемия», «пандемия». Пандемия коронавируса. 2.Понятия «эпизоотический очаг», «панзоотия». Признаки инфекционных заболеваний животных. 3.Чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения. Понятия «эпифитотия», «панфитотия». Признаки инфекционных заболеваний растений. 4.Защита населения от эпидемий, эпизоотий, эпифитотий.	Характеризуют чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения.  Объясняют необходимость мер, принимаемых государством в борьбе с пандемией коронавируса.  Описывают понятия «эпидемический очаг», «эпизоотический очаг».  Характеризуют эпифитотии как массовое заболевание сельскохозяйственных растений.  Демонстрируют знание мер по борьбе с биолого--социальными чрезвычайными ситуациями и профилактики массовых заболеваний людей, животных и растений.
<b>Здоровье и здоровый образ жизни (2ч)</b>	Зависимость благополучия человека от его здоровья. Как избежать инфекционных заболеваний.	1.Правила профилактики коронавируса. 2.Профилактика инфекционных заболеваний.	Характеризуют здоровье как важнейшее условие развития личности. Определяют особенности инфекционных заболеваний. Характеризуют меры профилактики инфекционных заболеваний.

### МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТРАНСПОРТЕ» ( 4 ч)

<b>Безопасность на дороге и на транспорте (2 ч)</b>	Безопасность на железнодорожном, авиационном, морском и речном транспорте	1.Безопасность на авиационном и водном транспорте. Правила поведения при возникновении аварийной ситуации в самолете. 2.Безопасность пассажиров морских и речных судов.	Характеризуют зоны опасности на транспорте. Формулируют правила поведения при возникновении аварийной ситуации в самолете. <i>Практические занятия</i>
<b>Безопасность в ситуациях, связанных с железнодорожным транспортом и метрополитеном (2 ч)</b>	Ситуации, связанные с железно дорожным транспортом.	1.Зоны опасности на железной дороге. «Зацеперы». 2.Аварийная ситуация в поезде дальнего следования.	Объясняют опасные ситуации, связанные с железнодорожным транспортом. Характеризуют зоны опасности на транспорте. Формулируют опасность «зацепинга» и меры борьбы с этим противоправным явлением.

### МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ» (4 ч)

<p><b>Как улучшить отношения с окружающими(4ч)</b></p>	<p>Стресс и стрессовые ситуации. Как снизить влияние стресса на поведение и общее состояние человека.</p> <p>Конфликт—особенность общения.</p> <p>Безопасность в социальных сетях</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Методы снижения влияния стресса на поведение и общее состояние человека. Как избежать конфликтной ситуации.</li> <li>2.Побег из дома. Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей.</li> <li>3.Признаки агрессивного поведения у подростков.</li> <li>4.Как противостоять манипуляциям, в том числе в информационной среде.</li> </ol>	<p>Объясняют понятия стресса и стрессовой ситуации.</p> <p>Объясняют значение методов самоуверждения, самовнушения, самоприказа.</p> <p>Характеризуют конфликт т как столкновение сторон, мнений.</p> <p>Объясняют факторы, влияющие на психологический климат в коллективе.</p> <p><i>Практические занятия</i></p>
--	---	---	---

### МОДУЛЬ «ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ» (6 ч)

<p><b>Терроризм — угроза обществу и каждому человеку (6 ч)</b></p>	<p>Как государство борется с терроризмом. Особенности современного терроризма.</p> <p>Виды современной террористической деятельности.</p> <p>Телефонные террористы. Как не стать пособником террористов. Формирование антитеррористического поведения</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Понятия «экстремизм», «экстремистская деятельность». Опасные формы экстремистской деятельности. Ответственность за экстремистскую деятельность.</li> <li>2.Виды террористической деятельности. Формы проявления терроризма. Ответственность несовершеннолетних за участие в террористической деятельности. Ложные сообщения о терактах.</li> <li>3.Как не стать пособником террористов.</li> <li>4.Общегосударственное противодействие терроризму.</li> <li>5.Праворадикальные сообщества. Леворадикальные сообщества.</li> <li>6.Общие правила интернет-безопасности с целью противостояния экстремизму и терроризму.</li> </ol>	<p>Характеризуют нормативные акты, регламентирующие антитеррористическую деятельность государства.</p> <p>Объясняют цели и задачи Национального антитеррористического комитета Российской Федерации. Описывают основные особенности современного терроризма, виды террористической деятельности.</p> <p>Объясняют опасность телефонного терроризма, ответственность за совершение этого противоправного деяния.</p> <p>Формируют позицию неприятия терроризма как идеологии насилия.</p> <p><i>Практические занятия</i></p>
--	---	--	---

### МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ» (9 ч)

<p><b>Чрезвычайные ситуации природного характера (7 ч)</b></p>	<p>Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Землетрясение.</p> <p>Извержение вулканов. Оползни, обвалы.</p> <p>Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения.</p> <p>Защита населения от чрезвычайных ситуаций</p>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1.Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера.</li> <li>2.Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (землетрясение).</li> <li>3.Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (извержения вулканов).</li> <li>4.Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (оползни, обвалы).</li> <li>5.Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (ураганы и бури. смерчи).</li> <li>6.Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (наводнения, сели, цунами).</li> <li>7.Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (снежные лавины).</li> </ol>	<p>Объясняют понятия литосферы, атмосферы, гидросферы, биосферы.</p> <p>Характеризуют опасные природные явления как источники чрезвычайных ситуаций.</p> <p>Анализируют чрезвычайные ситуации геологического происхождения: источники происхождения, последствия, возможность предвидеть.</p> <p>Сравнивают причины возникновения оползней, обвалов и правила безопасного поведения во время чрезвычайных ситуаций геологического характера. Характеризуют опасные</p>
--	--	--	--

	<p>геологического происхождения.</p> <p>Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического и гидрологического происхождения</p>		<p>метеорологические явления, их последствия, правила безопасного поведения.</p> <p>Описывают чрезвычайные ситуации гидрологического характера, приводят примеры и объясняют правила безопасного поведения. Формулируют опасность селей, цунами, снежных лавин, правила безопасного поведения при получении предупреждения об опасности.</p> <p>Описывают меры защиты населения от чрезвычайных ситуаций геологического, метеорологического и гидрологического характера.</p> <p><i>Практические занятия</i></p>
<b>Природные пожары (2 ч)</b>	<p>Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары. Защита населения от лесных и торфяных пожаров</p>	<p>1.Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары.</p> <p>2.Правила безопасности и защита населения. <i><b>Профилактика пожаров</b></i></p>	<p>Демонстрируют знание правил безопасности при возникновении природных пожаров.</p> <p>Характеризуют способы защиты населения от природных пожаров: минерализованная полоса, заградительная полоса, эвакуация населения.</p> <p><i>Практические занятия</i></p>
<b>МОДУЛЬ «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ» (4 ч)</b>			
<b>Первая помощь и правила ее оказания (4 ч)</b>	<p>Первая помощь при чрезвычайных ситуациях.</p> <p>Первая помощь при кровотечении.</p> <p>Первая помощь при ушибах и переломах.</p> <p>Транспортировка пострадавших в медицинское учреждение</p>	<p>1.Виды кровотечения. Способы временной остановки наружного кровотечения.</p> <p>2.Оказание первой помощи при носовом кровотечении.</p> <p>3.Переломы, вывихи, растяжения.</p> <p>4.Способы транспортировки пострадавшего.</p>	<p>Анализируют особенности оказания первой помощи при тяжелых травмах во время чрезвычайных ситуаций.</p> <p>Демонстрируют понимание важности оказания первой медицинской помощи.</p> <p>Отрабатывают способы остановки кровотечения. Тренируются в иммобилизации раненых, оказании помощи при носовом кровотечении.</p> <p><i>Практические занятия</i></p>

#### 4. ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ.

5 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата
1	Опасные и чрезвычайные ситуации. Источники опасных ситуаций. Влияние человеческого фактора на возникновение опасных ситуаций.		
2	Понятия «безопасность», «безопасность жизнедеятельности». Правила безопасности жизни. Система государственной защиты в области безопасности.		
3	Понятия «здоровье», «здоровый образ жизни». Физическое здоровье. Духовное здоровье. Неразрывная связь физического и духовного здоровья. Физиологическая составляющая здоровья. Психологическая составляющая здоровья. Нравственная составляющая здоровья.		
4	Режим дня. Отдых. Сон. Правильная и неправильная осанка. Близорукость и дальнозоркость. Развитие физических качеств (сила, быстрота, выносливость). Малоактивный образ жизни. Двигательная активность. Закаливание и закаливающие процедуры.		
5	Питание. Вода, белки, витамины, жиры, минеральные вещества, углеводы. Определение понятия «гигиена».		
6	Уход за зубами. Уход за кожей. Выбор одежды по сезону. Правила гигиены на каждый день.		
7	Факторы, способствующие сохранению здоровья (правильное питание, закаливание организма).		
8	Факторы, разрушающие здоровье (долгое сидение за компьютером, избыточный вес).		
9	Профилактика вредных привычек.		
10	Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Пешеходные переходы (регулируемые и нерегулируемые). Пешеходная, велопешеходная и велосипедная дорожки. Дорожные знаки (восемь групп). Транспортные и пешеходные светофоры. Сигналы светофоров. Сигналы регулировщика. Движение пешеходов в городе и по загородным дорогам.		
11	Общественный транспорт и правила для его пассажиров. Школьный автобус и правила пользования им. Правила для пассажиров трамваев, троллейбусов, автобусов, метрополитена.		
12	Безопасность в метрополитене.		
13	Особенности сельских поселений. Особенности городов как среды обитания (смог, переработка и хранение бытовых отходов, шум и другие проблемы). Правила вызова экстренных служб. Единый номер 112.		

14	Безопасность в вечернее время. Безопасность в толпе.		
15	Источники опасности в современном жилище. Бытовой газ — источник повышенной опасности. Гигиена жилища.		
16	Основные правила безопасности в подъезде и лифте. Основные правила безопасного поведения на игровой площадке.		
17	Меры предосторожности при использовании электроприборов.		
18	Пользование водопроводом, канализацией и мусоропроводом. Употребление лекарств. Потеря ключей.		
19	Правила поведения при пожаре в квартире. Пожар на кухне, на балконе. Меры предосторожности при работе с печью. Пожар и средства пожаротушения.		
20	Требования пожарной безопасности в жилье.		
21	Понятие «криминогенная ситуация». Разновидности преступлений. Правила безопасного поведения на улице, в образовательной организации, дома.		
22	Криминальные угрозы, как их из бежать.		
23	Понятие «терроризм». Особенности современного терроризма.		
24	Признаки наличия взрывного устройства.		
25	Правила поведения в различных ситуациях, связанных с проявлением террористической деятельности.		
26	Ветер. Гроза. Молния. Правила поведения при грозе. Гололед и гололедица.		
27	Правила поведения на замерзшем водоеме. Безопасность при купании в водоемах летом.		
28	Землетрясение. Наводнение. Ураган. Сель. Оползень. Правила поведения во время стихийных бедствий.		
29	Цель оказания первой помощи. Телефоны для вызова скорой медицинской помощи. Средства из домашней аптечки, которые нужно использовать при оказании первой помощи.		
30	Понятия «ушиб», «травма», «перелом».		
31	Переломы, вывихи, растяжения.		
32	Первая помощь.		
33	Безопасность на улице. Безопасность в городском транспорте.		
34	Как обеспечить свою безопасность в квартире.		

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата
1	Вред табакокурения и употребления спиртных напитков. Игромания. Компьютерная игровая зависимость		
2	Личная гигиена при занятиях туризмом. Правильный выбор одежды и обуви по сезону для участия в походе. Соблюдение правил личной гигиены в походе.		
3	Туризм как часть комплекса ГТО.		
4	Однодневные и многодневные, местные и дальние туристские походы.		
5	Основные меры безопасности в туристских походах.		
6	Ориентирование по солнцу. Ориентирование по природным признакам. Ориентирование по местным признакам. Способы определения сторон горизонта по компасу, небесным светилам и карте.		
7	Руководитель похода и его обязанности. Санитар и его обязанности.		
8	Состав аптечки первой помощи (походной аптечки). Туристское снаряжение в зависимости от вида похода.		
9	Виды костров. Правила разведения костров.		
10	Признаки приближающейся грозы. Безопасное поведение во время грозы.		
11	Пеший поход. Ведущий турист. Замыкающий турист. Техника движения по равнинной и пересеченной местности. Устройство бивака.		
12	Особенности снаряжения для лыжного похода. Организация движения лыжников во время похода.		
13	Организация движения при подъеме и спуске во время горного похода.		
14	Плавучие средства для водного похода. Общий распорядок ходового дня. Правила действия во время аварии судна.		
15	Особенности добровольного и вынужденного существования в природе.		
16	Сооружение временного жилища при автономном существовании. Способы добывание огня.		
17	Съедобные растения, грибы, орехи.		
18	Очистка и обеззараживание воды.		
19	Средства аварийной сигнализации		
20	Правила поведения при встрече с дикими животными (лосем, кабаном, волком, медведем, лисой, бобром).		
21	Безопасность при встрече со змеей.		
22	Защита от комаров, мошки и других насекомых.		

23	Клещевой вирусный энцефалит, его переносчики, места и время передачи, последствия заболевания. Способы удаления клещей с тела.		
24	Факторы, способствующие и препятствующие выживанию при автономном существовании.		
25	Основные меры безопасности в туристских походах.		
26	Правила поведения на замерзшем водоеме.		
27	Безопасность при купании в водоемах летом.		
28	<b><i>Пожарная безопасность в лесу. Причины лесных пожаров. Соблюдение требований пожарной безопасности в противопожарный период.</i></b>		
29	Правила поведения во время стихийных бедствий.		
30	Народные средства для остановки кровотечения, от кашля, от воспаления.		
31	Первая помощь при травме конечностей, при повреждении глаз и носа. Имобилизация при травме конечностей.		
32	Первая помощь при солнечном и тепловом ударах.		
33	Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге.		
34	Психологическая поддержка пострадавшего.		

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата
1	Понятие «чрезвычайная ситуация». Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Чрезвычайные ситуации социального характера.		
2	Понятия «эпидемия», «пандемия». Пандемия коронавируса.		
3	Понятия «эпизоотический очаг», «панзоотия». Признаки инфекционных заболеваний животных.		
4	Чрезвычайные ситуации биологосоциального происхождения. Понятия «эпифитотия», «панфитотия». Признаки инфекционных заболеваний растений.		
5	Защита населения от эпидемий, эпизоотий, эпифитотий.		
6	Правила профилактики короновируса.		
7	Профилактика инфекционных заболеваний.		
8	Безопасность на авиационном и водном транспорте. Правила поведения при возникновении аварийной ситуации в самолете.		
9	Безопасность пассажиров морских и речных судов.		
10	Зоны опасности на железной дороге. «Зацеперы».		
11	Аварийная ситуация в поезде дальнего следования.		
12	Методы снижения влияния стресса на поведение и общее состояние человека. Как избежать конфликтной ситуации.		
13	Побег из дома. Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей.		
14	Признаки агрессивного поведения у подростков.		
15	Как противостоять манипуляциям, в том числе в информационной среде.		
16	Понятия «экстремизм», «экстремистская деятельность». Опасные формы экстремистской деятельности. Ответственность за экстремистскую деятельность.		
17	Виды террористической деятельности. Формы проявления терроризма. Ответственность несовершеннолетних за участие в террористической деятельности. Ложные сообщения о терактах.		
18	Как не стать пособником террористов.		
19	Общегосударственное противодействие терроризму.		
20	Праворадикальные сообщества. Леворадикальные сообщества.		
21	Общие правила интернет-безопасности с целью противостояния экстремизму и терроризму.		
22	Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного		



	характера.		
23	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (землетрясение).		
24	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (извержения вулканов).		
25	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (оползни, обвалы).		
26	Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (ураганы и бури. смерчи).		
27	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (наводнения, сели, цунами).		
28	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (снежные лавины).		
29	Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары.		
30	Правила безопасности и защита населения. <b>Профилактика пожаров.</b>		
31	Виды кровотечения. Способы временной остановки наружного кровотечения.		
32	Оказание первой помощи при носовом кровотечении.		
33	Переломы, вывихи, растяжения.		
34	Способы транспортировки пострадавшего.		