

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Саратовской области

Управление образования Новоузенского района Саратовской области

МОУ "СОШ с. Куриловка Новоузенского района Саратовской области"

УТВЕРЖДЕНО

Директор

---

Мальцева Л.М.  
Приказ № 126 от «01»  
сентября 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 3824573)

**учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**  
для обучающихся 5-7 классов

2023г

## 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, 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 межпредметных связей и их разумное взаимодополнение, способствующее формированию практических умений и навыков.

В Программе содержание учебного предмета ОБЖ структурно представлено десятью модулями (тематическими линиями), обеспечивающими непрерывность изучения предмета 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 предмета 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 ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Появлению учебного предмета 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 предмету 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 предмет ОБЖ является системообразующим, имеет свои дидактические компоненты во всех без исключения предметных 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 предметов. Научной базой учебного предмета 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 предмета 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 ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Целью изучения учебного предмета 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 ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

На изучение учебного предмета ОБЖ в 5 классе предусматривается в неделю – 1 час, всего - 34 часа; в 6 классе в неделю – 1 час, всего - 34 часа; в 7 классе в неделю – 1 час, всего - 34 часа;

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **Модуль № 1 «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»:**

цель и задачи учебного предмета ОБЖ, его ключевые понятия и значение для человека;

смысл понятий «опасность», «безопасность», «риск», «культура безопасности жизнедеятельности»;

источники и факторы опасности, их классификация;

общие принципы безопасного поведения;

виды чрезвычайных ситуаций, сходство и различия опасной, экстремальной и чрезвычайной ситуаций;

уровни взаимодействия человека и окружающей среды;

механизм перерастания повседневной ситуации в чрезвычайную ситуацию, правила поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях.

### **Модуль № 2 «Безопасность в быту»:**

основные источники опасности в быту и их классификация;

защита прав потребителя, сроки годности и состав продуктов питания;

бытовые отравления и причины их возникновения, классификация ядовитых веществ и их опасности;

признаки отравления, приёмы и правила оказания первой помощи;

правила комплектования и хранения домашней аптечки;

бытовые травмы и правила их предупреждения, приёмы и правила оказания первой помощи;

правила обращения с газовыми и электрическими приборами, приёмы и правила оказания первой помощи;

правила поведения в подъезде и лифте, а также при входе и выходе из них;

пожар и факторы его развития;

условия и причины возникновения пожаров, их возможные последствия, приёмы и правила оказания первой помощи;

первичные средства пожаротушения;

правила вызова экстренных служб и порядок взаимодействия с ними, ответственность за ложные сообщения;

права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности;

ситуации криминального характера, правила поведения с малознакомыми людьми;

меры по предотвращению проникновения злоумышленников в дом, правила поведения при попытке проникновения в дом посторонних;

классификация аварийных ситуаций в коммунальных системах жизнеобеспечения;

правила подготовки к возможным авариям на коммунальных системах, порядок действий при авариях на коммунальных системах.

### **Модуль № 3 «Безопасность на транспорте»:**

правила дорожного движения и их значение, условия обеспечения безопасности участников дорожного движения;

правила дорожного движения и дорожные знаки для пешеходов;

«дорожные ловушки» и правила их предупреждения;

световозвращающие элементы и правила их применения;

правила дорожного движения для пассажиров;

обязанности пассажиров маршрутных транспортных средств, ремень безопасности и правила его применения;

порядок действий пассажиров при различных происшествиях в маршрутных транспортных средствах, в том числе вызванных террористическим актом;

правила поведения пассажира мотоцикла;

правила дорожного движения для водителя велосипеда и иных индивидуальных средств передвижения (электросамокаты, гироскутеры, моноколёса, сигвеи и т. п.), правила безопасного использования мототранспорта (мопедов и мотоциклов);

дорожные знаки для водителя велосипеда, сигналы велосипедиста;  
правила подготовки велосипеда к пользованию.

#### **Модуль № 4 «Безопасность в общественных местах»:**

общественные места и их характеристики, потенциальные источники опасности в общественных местах;

правила вызова экстренных служб и порядок взаимодействия с ними;  
массовые мероприятия и правила подготовки к ним, оборудование мест массового пребывания людей;

порядок действий при беспорядках в местах массового пребывания людей;

порядок действий при попадании в толпу и давку;

порядок действий при обнаружении угрозы возникновения пожара;

порядок действий при эвакуации из общественных мест и зданий;

опасности криминогенного и антиобщественного характера в общественных местах,  
порядок действий при их возникновении;

порядок действий при обнаружении бесхозных (потенциально опасных) вещей и предметов, а также в условиях совершения террористического акта, в том числе при захвате и освобождении заложников;

порядок действий при взаимодействии с правоохранительными органами.

#### **Модуль № 5 «Безопасность в природной среде»:**

чрезвычайные ситуации природного характера и их классификация;

правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными,  
порядок действий при встрече с ними;

порядок действий при укусах диких животных, змей, пауков, клещей и насекомых;

различия съедобных и ядовитых грибов и растений, правила поведения,  
необходимые для снижения риска отравления ядовитыми грибами и растениями;

автономные условия, их особенности и опасности, правила подготовки к  
длительному автономному существованию;

порядок действий при автономном существовании в природной среде;

правила ориентирования на местности, способы подачи сигналов бедствия;

общие правила безопасного поведения на водоёмах, правила купания в  
подготовленных и неподготовленных местах;

порядок действий при обнаружении тонущего человека;

правила поведения при нахождении на плавсредствах;

правила поведения при нахождении на льду, порядок действий при обнаружении  
человека в полынье.

#### **Модуль № 6 «Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний»:**

смысл понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни», их содержание и значение  
для человека;

факторы, влияющие на здоровье человека, опасность вредных привычек;

элементы здорового образа жизни, ответственность за сохранение здоровья;

понятие «инфекционные заболевания», причины их возникновения;

механизм распространения инфекционных заболеваний, меры их профилактики и  
защиты от них;

порядок действий при возникновении чрезвычайных ситуаций биолого-социального  
происхождения (эпидемия, пандемия);

мероприятия, проводимые государством по обеспечению безопасности населения  
при угрозе и во время чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения;

понятие «неинфекционные заболевания» и их классификация, факторы риска  
неинфекционных заболеваний;

меры профилактики неинфекционных заболеваний и защиты от них;

диспансеризация и её задачи;

понятие «первая помощь» и обязанность по её оказанию, универсальный алгоритм  
оказания первой помощи;

назначение и состав аптечки первой помощи;

порядок действий при оказании первой помощи в различных ситуациях, приёмы психологической поддержки пострадавшего.

#### **Модуль № 7 «Безопасность в социуме»:**

общение и его значение для человека, способы организации эффективного и позитивного общения;

приёмы и правила безопасной межличностной коммуникации и комфортного взаимодействия в группе, признаки конструктивного и деструктивного общения;

манипуляции в ходе межличностного общения, приёмы распознавания манипуляций и способы противостояния им;

приёмы распознавания противозаконных проявлений манипуляции (мошенничество, вымогательство, подстрекательство к действиям, которые могут причинить вред жизни и здоровью, и вовлечение в преступную, асоциальную или деструктивную деятельность) и способы защиты от них;

современные молодёжные увлечения и опасности, связанные с ними, правила безопасного поведения;

правила безопасной коммуникации с незнакомыми людьми.

#### **Модуль № 8 «Безопасность в информационном пространстве»:**

понятие «цифровая среда», её характеристики и примеры информационных и компьютерных угроз, положительные возможности цифровой среды;

риски и угрозы при использовании Интернета;

общие принципы безопасного поведения, необходимые для предупреждения возникновения сложных и опасных ситуаций в личном цифровом пространстве;

основные виды опасного и запрещённого контента в Интернете и его признаки, приёмы распознавания опасностей при использовании Интернета;

противоправные действия в Интернете;

правила цифрового поведения, необходимого для предотвращения рисков и угроз при использовании Интернета (кибербуллинга, вербовки в различные организации и группы).

#### **Модуль № 9 «Основы противодействия экстремизму и терроризму»:**

понятия «экстремизм» и «терроризм», их содержание, причины, возможные варианты проявления и последствия;

цели и формы проявления террористических актов, их последствия, уровни террористической опасности;

основы общественно-государственной системы противодействия экстремизму и терроризму, контртеррористическая операция и её цели;

признаки вовлечения в террористическую деятельность, правила антитеррористического поведения;

признаки угроз и подготовки различных форм терактов, порядок действий при их обнаружении;

правила безопасного поведения в условиях совершения теракта;

порядок действий при совершении теракта (нападение террористов и попытка захвата заложников, попадание в заложники, огневой налёт, наезд транспортного средства, подрыв взрывного устройства).

#### **Модуль № 10 «Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения»:**

классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её задачи, структура, режимы функционирования;

государственные службы обеспечения безопасности, их роль и сфера ответственности, порядок взаимодействия с ними;

общественные институты и их место в системе обеспечения безопасности жизни и здоровья населения;

права, обязанности и роль граждан Российской Федерации в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций;

антикоррупционное поведение как элемент общественной и государственной безопасности;

информирование и оповещение населения о чрезвычайных ситуациях, система ОКСИОН;

сигнал «Внимание всем!», порядок действий населения при его получении, в том числе при авариях с выбросом химических и радиоактивных веществ;

средства индивидуальной и коллективной защиты населения, порядок пользования фильтрующим противогазом;

эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций, порядок действий населения при объявлении эвакуации.



## **ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

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

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

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

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

– осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране;

– формирование чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга — защите Отечества.

#### **2. Гражданское воспитание:**

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

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

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

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

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

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

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

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

### **4. Эстетическое воспитание:**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

– сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

### **7. Трудовое воспитание:**

– установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания; осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и 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 учётом личных и общественных интересов и потребностей;

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

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

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

### **8. Экологическое воспитание:**

– ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности экологической направленности;

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

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

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

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

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

##### Базовые логические действия:

- выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);
- устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;
- с учётом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях; предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;
- выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;
- выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов; делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;
- самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учётом самостоятельно выделенных критериев).

##### Базовые исследовательские действия:

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

##### Работа с информацией:

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

Овладение системой универсальных познавательных действий обеспечивает сформированность когнитивных навыков обучающихся.

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

### Общение:

- уверенно высказывать свою точку зрения в устной и письменной речи, выражать эмоции в соответствии с форматом и целями общения, определять предпосылки возникновения конфликтных ситуаций и выстраивать грамотное общение для их смягчения;
- распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков и намерения других, уважительно, в корректной форме формулировать свои взгляды;
- сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;
- в ходе общения задавать вопросы и выдавать ответы по существу решаемой учебной задачи, обнаруживать различие и сходство позиций других участников диалога;
- публично представлять результаты решения учебной задачи, самостоятельно выбирать наиболее целесообразный формат выступления и готовить различные презентационные материалы.

### Совместная деятельность (сотрудничество):

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

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

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

#### Самоорганизация:

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

#### Самоконтроль (рефлексия):

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

#### Эмоциональный интеллект:

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

#### Принятие себя и других:

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

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

### **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

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

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

Предметные результаты по предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» должны обеспечивать:

По учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

## **5 класс**

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

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

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

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

- Выработать отрицательное отношение к любым видам антиобщественного поведения.
- Уметь предвидеть возникновение опасных ситуаций дома и на улице.
- Уметь формулировать правила поведения в повседневной жизни, чтобы не стать правонарушителем.
- Уметь составлять план своих действий при угрозе террористических действий.
- Уметь составлять план своих действий при угрозе возникновения теракта и при теракте.
- Уметь анализировать виды террористических актов и их характерные особенности.
- Уметь формулировать свои правила поведения в повседневной жизни, чтобы не стать правонарушителем.

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

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

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

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

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



– Знать предназначение и общие правила оказания первой помощи при отравлении угарным газом

– Знать предназначение и общие правила оказания первой помощи при носовом кровотечении.

## **6 класс**

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

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

– Знать правила безопасного поведения в природной среде. Уметь применять полученные знания в практической жизни.

– Знать и владеть способы ориентирования на местности.

– Знать отдельно взятые признаки определения сторон горизонта. Уметь определять свое место на карте по ближайшим местным предметам.

– Знать как подготовиться к выходу на природу. Уметь распределять режим переходов, обеспечивать чередование нагрузок и отдыха.

– Знать правила сооружения временного укрытия. Уметь приготовить пищу в условиях похода.

– Знать о чём следует позаботиться, о личном и групповом снаряжении. Уметь приводить в порядок и ремонтировать туристское снаряжение в условиях похода.

– Знать правила безопасности во время активного отдыха на природе. Уметь соблюдать режим и график движения, соблюдать установленный режим питания и питьевой режим.

– Знать меры безопасности при движении в горах.

– Уметь соблюдать режим движения и отдыха на равнине и в горах.

– Уметь распределять режим движения в лыжном походе в зависимости от характера местности, погодных условий и уровня подготовки участников похода.

– Знать правила поведения на воде и оказания помощи утопающему.

– Владеть навыками оказания помощи утопающему.

– Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности на воде.

– Знать как подготовиться к выходу в поход на велосипеде.

– Правила безопасности туристов передвигающихся в походе на велосипеде. Уметь распределять график движения отдыха во время велосипедного похода.

– Знать определения трёх групп факторов. Уметь использовать полученные теоретические знания в практической деятельности.

– Знать причины опасных ситуаций на транспорте, правила поведения на транспорте.

– Иметь представление о правилах поведения во время ОС на транспорте.

– Уметь правильно действовать ОС на воде и водном транспорте.

– Знать причины опасных ситуаций на транспорте, правила поведения на транспорте.

– Иметь представление о правилах поведения во время ОС на воздушном транспорте.

– Знать правила безопасного поведения в природной среде. Уметь применять полученные знания в практической жизни. Уметь всесторонне подготовиться к туристическому походу.

- Знать правила безопасного поведения человека при вынужденном автономном существовании в природных условиях.
- Владеть навыками подачи сигналов бедствия. Уметь принимать решения и приступать к выполнению этого решения незамедлительно.
- Знать правила безопасного поведения в природной среде (добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия). Уметь подавать сигналы бедствия .
- Знать правила безопасного поведения при опасных проявлениях погоды в нашей местности. Уметь принимать решения и приступить к выполнению этого решения незамедлительно.
- Знать правила поведения при встрече с дикими животными в природе. Уметь принять правильное решение.
- Знать меры защиты от укусов насекомых. Уметь обрабатывать ранки , полученные от укуса кровососущих насекомых.
- Знать признаки клещевого энцефалита: недомогание, высокая температура, сильная головная боль, тошнота, рвота. Уметь оказывать первую помощь. Знать как обезопасить себя от клещевого энцефалита. Уметь удалять клеща с тела и оказывать первую помощь.

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

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

- Знать общие понятия и определения личной гигиены, природные лекарственные средства. Уметь пользоваться индивидуальной аптечкой.
- Знать наиболее характерные травмы, которые могут возникнуть в походе. Правила оказания помощи при травмах. Уметь оказывать первую помощь при ушибах и растяжениях.
- Знать, что является признаками солнечного и теплового удара, обморожения. Уметь использовать различные способы при оказании первой помощи при термических ожогах и отморожениях.
- Знать оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых. Уметь срочно удалять из кожи жало насекомого организовать доставку пострадавшего в лечебное заведение.

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

- Знать об основах здорового образа жизни, факторах, укрепляющих и разрушающих здоровье.
- Использовать полученные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.
- Знать, что именно может навредить при общении с компьютером. Уметь правильно распределять время работы за компьютером для сбережения здоровья.
- Знать влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека .Уметь использовать доступные способы повышения устойчивости организма человека к неблагоприятным условиям внешней среды.
- Знать влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Уметь использовать полученные знания в практической жизни.
- Приводить примеры вредных привычек, факторов, разрушающих здоровье.
- Использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни. Уметь сказать нет доброжелателям.

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

## **7 класс**

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

#### **Раздел 1-2. Основы комплексной безопасности. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций:**

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

– Знать основные группы опасных природных явлений.

– Уметь соотносить происходящее явление виду чрезвычайной ситуации.

– Знать причины землетрясений; сейсмически активные районы России. Уметь определять силу и интенсивность землетрясения по шкале Меркалли.

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

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

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

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

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

– Знать причины возникновения; возможные последствия ураганов и бурь. Уметь определять силу ветра по шкале Бофорта.

– Знать профилактические меры по защите населения от последствий ураганов и бурь.

– Уметь действовать: после получения сигнала о штормовом предупреждении; при урагане.

– Знать причины и последствия смерча. Уметь действовать при угрозе смерча и во время смерча.

– Знать виды наводнений: половодье, паводок, затор, зажор, ветровой нагон; причины их возникновения.

– Знать основные мероприятия, проводимые по защите населения от последствий наводнений.

– Уметь действовать при угрозе и во время наводнений. Знать основные мероприятия по защите населения от наводнений, и их последствий.

– Знать районы РФ, на которых образуются селевые бассейны; причины и последствия селевого потока.

– Уметь действовать угрозе и во время селя. Знать способы защиты от последствий селевых потоков.

– Знать причины и последствия цунами.

– Уметь действовать во время цунами, после него. Знать, как подготовиться к цунами.

– Уметь действовать в лавиноопасных зонах. Знать лавиноопасные районы РФ.

- Знать регионы России, наиболее подверженные возникновению лесных пожаров на лесных площадях. Уметь соблюдать меры пожарной безопасности в лесу.
- Знать способы тушения небольшого пожара в лесу.
- Уметь соблюдать правила безопасного поведения при угрозе возникновения и во время пожара в лесу.
- Соблюдать правила личной гигиены для профилактики инфекционных заболеваний.
- Знать инфекционные болезни; пути распространения инфекции.
- Знать понятия: эпизоотии, эпифитотии.

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

- Знать факторы и социальные явления, способствующие вовлечению человека в террористическую деятельность. Знать уголовную ответственность за телефонный терроризм.
- Уметь строить дальнейшую индивидуальную траекторию образования и нравственного поведения.

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

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

- Знать, какие качества нужно воспитывать в себе, чтобы повысить психологическую уравновешенность. Уметь воспитывать в себе нравственные качества.
- Уметь контролировать свои эмоции. Знать о пагубном влиянии стресса на здоровье человека.
- Соблюдать правила личной гигиены. Знать особенности развития организма человека в подростковом возрасте.

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

- Уметь быстро вызывать бригаду скорой помощи. Знать порядок действий первой помощи.
- Знать способы остановки артериального кровотечения; точки пальцевого прижатия артерий. Уметь оказывать ПМП при капиллярном, венозном, артериальном кровотечении.
- Уметь накладывать повязки.
- Знать ПМП при ушибе и переломе.
- Уметь транспортировать пострадавшего различными способами.

# ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

## 5 КЛАСС

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

15	Антиобщественное поведение и его опасность	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
16	Обеспечение личной безопасности дома	1			
17	Обеспечение личной безопасности на улице	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
<b>Экстремизм и терроризм — чрезвычайные опасности для общества и государства (4 ч)</b>					
18	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения	1			<a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>
19	Виды экстремистской и террористической деятельности.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
20	Виды террористических актов и их последствия.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
21	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.	1	1		<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
Итого по разделу		<b>7</b>			
<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (13 ч)</b>					
<b>Раздел 4. Основы здорового образа жизни (5 ч)</b>					
<b>Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни (3 ч)</b>					
22	О здоровом образе жизни.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
23	Двигательная активность и закаливание организма – элементы здорового образа жизни.	1			<a href="https://iu.ru">https://iu.ru</a>
24	Рациональное питание. Гигиена питания.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
<b>Факторы, разрушающие здоровье (2 ч)</b>					
25	Вредные привычки и их влияние на здоровье.	1			<a href="https://iu.ru">https://iu.ru</a>
26	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек.	1		1	<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
Итого по разделу		<b>5</b>			
<b>Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (8 ч)</b>					
<b>Первая помощь и правила её оказания (8 ч)</b>					
27	Первая помощь при различных видах повреждений.	2	1		<a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>
28	Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах.	3		3	<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
29	Первая помощь при отравлениях.	3		3	<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
Итого по разделу		<b>8</b>			
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>34</b>	<b>3</b>	<b>7</b>	

**6 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы	
<b>Модуль 1. «Основы безопасности личности, общества и государства» (24 ч)</b>					
<b>Раздел 1. «Основы комплексной безопасности» (24 ч)</b>					
<b>Подготовка к активному отдыху на природе (6 ч)</b>					
1	Природа и человек.	1			<a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>
2	Ориентирование на местности.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
3	Определение своего местонахождения и направления движения на местности.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
4	Подготовка к выходу на природу.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
5	Определение места для бивака и организация бивачных работ.				<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
6	Определение необходимого снаряжения для похода.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
<b>Активный отдых на природе и безопасность (5 ч)</b>					
7	Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.	1			<a href="http://kuhta.clan.su">http://kuhta.clan.su</a>
8	Обеспечение безопасности в пеших и горных походах.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
9	Подготовка и проведение лыжных походов.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
10	Водные походы и обеспечение безопасности на воде.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
11	Велосипедные походы и безопасность туристов.	1	1		<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
<b>Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности (6 ч)</b>					
12	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и международном туризме.	1			<a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>
13	Акклиматизация человека в различных климатических условиях.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
14	Акклиматизация в горной местности.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
15	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
16	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>

17	Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
<b>Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде (3 ч)</b>					
18	Автономное пребывание человека в природной среде.	1			<a href="http://www.obzh.ru">http://www.obzh.ru</a>
19	Добровольная автономия человека в природной среде. Вынужденная автономия человека в природной среде.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
20	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a> <a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
<b>Опасные ситуации в природных условиях (4 ч)</b>					
21	Опасные погодные явления.	1			<a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>
22	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
23	Укусы насекомых и защита от них.	1			
24	Клещевой энцефалит и его профилактика.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
Итого по разделу		<b>24</b>			
<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 ч)</b>					
<b>Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи (4 ч)</b>					
<b>Первая помощь при неотложных состояниях (4 ч)</b>					
25	Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
26	Оказание первой медицинской помощи при травмах.	1			<a href="http://kuhta.clan.su">http://kuhta.clan.su</a>
27	Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах и отморожении.	1			<a href="https://iu.ru/video-lesson">https://iu.ru/video-lesson</a>
28	Оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых.	1	1		<a href="http://kuhta.clan.su">http://kuhta.clan.su</a>
Итого по разделу		<b>4</b>			
<b>Раздел 4. Основы здорового образа жизни (6 ч)</b>					
<b>Здоровье человека и факторы, на него влияющие (6 ч)</b>					
29	Здоровый образ жизни и профилактика утомления.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
30	Компьютер и его влияние на здоровье.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
31	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
32	Влияние социальной среды на развитие и здоровье	1	1		<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>



	человека.				
33	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
34	Профилактика потребления наркотиков и других психоактивных веществ.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
Итого по разделу		<b>6</b>			
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>34</b>	<b>3</b>		

## 7 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы	
<b>Модуль 1. «Основы безопасности личности, общества и государства» (27 ч)</b>					
<b>Раздел 1-2. Основы комплексной безопасности и защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (24 ч)</b>					
<b>Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера (3 ч)</b>					
1	Различные природные явления и причины их возникновения.	1			<a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>
2	Общая характеристика природных явлений.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
3	Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера. Общие понятия и определения.	1			<a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>
<b>Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их причины и последствия (6 ч)</b>					
4	Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и возможные последствия.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
5	Защита населения от последствий землетрясений.	1			<a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>
6	Правила безопасного поведения населения при землетрясении	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
7	Расположение вулканов на Земле, извержение вулканов.	1			<a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>
8	Последствия извержения вулканов. Защита населения	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
9	Оползни и обвалы их последствия. Защита населения	1	1		<a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>
<b>Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (3 ч)</b>					
10	Ураганы и бури, причины их возникновения,	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>

	возможные последствия				
11	Защита населений от последствий ураганов и бурь	1			<a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>
12	Смерчи	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
<b>Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (8 ч)</b>					
13	Наводнения. Виды наводнений и их причины.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
14	Защита населения от последствий наводнений.	1			<a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>
15	Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
16	Сели и их характеристика.	1			<a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>
17	Защита населения от последствий селевых потоков.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
18	Цунами и их характеристика.	1			<a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>
19	Защита населения от цунами	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
20	Снежные лавины	1			<a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>
<b>Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения (4 ч)</b>					
21	Лесные и торфяные пожары и их характеристика.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
22	Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения.	1			<a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>
23	Инфекционная заболеваемость людей и защита населения.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
24	Эпизоотии и эпифитотии.	1	1		<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
Итого по разделу		<b>24</b>			
<b>Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (3 ч)</b>					
<b>Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму (3 ч)</b>					
25	Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность	1			<a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>
26	Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
27	Роль нравственных позиций и личных качеств подростков в формировании антитеррористического поведения	1			<a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>
Итого по разделу		<b>3</b>			
<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (7 ч)</b>					
<b>Раздел 4. Основы здорового образа жизни (3 ч)</b>					

<b>Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека (3 ч)</b>					
28	Психологическая уравновешенность.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
29	Стресс и его влияние на человека.	1			<a href="https://videouroki.net">https://videouroki.net</a>
30	Анатомо–физиологические особенности человека в подростковом возрасте.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
Итого по разделу		<b>3</b>			
<b>Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (4 ч)</b>					
<b>Первая помощь при неотложных состояниях (4 ч)</b>					
31	Общие правила оказания первой помощи.	1	1		<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
32	Оказание первой помощи при наружном кровотечении.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
33	Оказание первой помощи при ушибах и переломах.	1			<a href="http://kuhta.clan.su">http://kuhta.clan.su</a>
34	Общие правила транспортировки пострадавшего.	1			<a href="https://iu.ru/video-lessons">https://iu.ru/video-lessons</a>
Итого по разделу		<b>4</b>			
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>34</b>	<b>3</b>		

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

## **5 класс**

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

## **6 класс**

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

## **7 класс**

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

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

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

<http://kuhta.clan.su> Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности»

<http://theobg.by.ru/index.htm> Нормативные документы, методические материалы по ОБЖ. Сайт Разумова В.Н.

<http://informic.narod.ru/obg.html> Основы безопасности жизнедеятельности

<http://www.ampe.ru/web/guest/russian> Институт психологических проблем

безопасности

<http://anty-crim.boxmail.biz> Искусство выживания

<http://www.goodlife.narod.ru> Все о пожарной безопасности

<http://www.0-1.ru> Охрана труда. Промышленная и пожарная безопасность.

Предупреждение чрезвычайных ситуаций

<http://www.hsea.ru> Первая медицинская помощь

<http://www.meduhod.ru> Портал детской безопасности [http://www.spas-](http://www.spas-extreme.ru)

[extreme.ru](http://www.spas-extreme.ru) Россия без наркотиков

<http://www.rwd.ru> Федеральная служба по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека

<http://www.rospotrebnadzor.ru> Федеральная служба по экологическому, технологическому и атомному надзору

<http://www.gosnadzor.ru> Федеральный центр гигиены и эпидемиологии

<http://www.fcgsen.ru> Охрана труда и техника безопасности

<http://www.znopr.ru> Безопасность и здоровье: ресурсы, технологии и обучение

<http://www.risk-net.ru> "Открытый урок"

<http://fcior.edu.ru/> - Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов

<http://www.alleng.ru/edu/saf1.htm>-ОБЖ - билеты, ответы, уроки.

<http://www.alleng.ru/edu/saf3.htm>-Книги, пособия по ОБЖ

<http://satinoschool.narod.ru/test1/p1aa1.html>-методическое пособие для учителей ОБЖ

<http://www.uchportal.ru/load/81>-учительский портал

[http://severskijkadet.ru/voennoe\\_delo/обж/уроки-обж-ссылки.html](http://severskijkadet.ru/voennoe_delo/обж/уроки-обж-ссылки.html)-уроки ОБЖ

<http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"

Электронная версия ежемесячного иллюстрированного журнала.

<http://festival.1september.ru/> - Фестиваль пед.идей «Открытый урок»

<http://kzg.narod.ru/> - Журнал «Культура здоровой жизни»

<http://lib.sportedu.ru> -

<http://window.edu.ru/> единое окно доступа к образовательным ресурсам (информация о подготовке к урокам, стандарты образования, информация о новых учебниках и учебных пособиях).

<http://www.obzh.info> информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности).

<http://www.1september.ru> веб-сайт «Объединение педагогических изданий «Первое сентября» (статьи по основам безопасности жизнедеятельности в свободном доступе, имеется также архив статей).

<http://www.school-obz.org/> - информационно-методическое издание по основам безопасности жизнедеятельности

<http://teachpro.ru/course2d.aspx?idc=12090 cr=2> Обучение через Интернет

<http://www.km-school.ru/> Мультипортал компании «Кирилл и Мефодий»

<http://www.eidos.ru> Сайт центра дистанционного обучения «Эйдос»

<http://sverdlovsk-school8.nm.ru/docobgd.htm> Для учителя ОБЖ

<http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project1583/index.htm> Первые шаги граждан в чрезвычайных ситуациях (памятка о правилах поведения граждан в чрезвычайных ситуациях)

<http://kombat.com.ua/stat.html> Статьи по выживанию в различных экстремальных условиях

<http://www.spas-extreme.ru/> Портал детской безопасности

<http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project1132/index.htm> Автономное существование в природе – детям

[http://www.ssga.ru/AllMethodMaterial/metod\\_mat\\_for\\_ioot/metodichki/bgd/oglavlenie\\_1.html](http://www.ssga.ru/AllMethodMaterial/metod_mat_for_ioot/metodichki/bgd/oglavlenie_1.html)

[info@russmag.ru](mailto:info@russmag.ru) Журнал ОБЖ. Основы безопасности жизни

[vps@mail.ru](mailto:vps@mail.ru) Журнал Основы безопасности жизнедеятельности. Каталог вебресурсов по обеспечению безопасности.

[www.rusolymp.ru](http://www.rusolymp.ru). Всероссийская олимпиада школьников, в т.ч. по основам безопасности жизнедеятельности.

<http://b23.ru/hsb9> Учебные атласы по медицинской подготовке.