МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ПРИДАННИКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "ПРИДАННИКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА"
Дата: 2026.10.24 16:18:24 +05'00'

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса внеурочной деятельности
«Культура безопасности жизнедеятельности»
для обучающихся 5-7 классов

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана на основе программы курса «Культура безопасности жизнедеятельности» для общеобразовательных учреждений Свердловской области, образовательной программы школы.

В настоящее время в деле подготовки населения в области безопасности жизнедеятельности и выработки у граждан привычек защиты окружающей среды, здорового образа жизни возрастает роль и ответственность системы образования. Только через образование можно обеспечить повышение общего уровня культуры населения страны, региона в области безопасности жизнедеятельности и снижение отрицательного влияния «человеческого фактора» на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства.

Наиболее полно и целенаправленно эти вопросы можно реализовать в общеобразовательном учреждении через всестороннее рассмотрение вопросов в курсе «Культура безопасности жизнедеятельности», содержание которого охватывает теорию и практику защиты человека от опасных, вредных факторов и чрезвычайных ситуаций.

Ключевой идеей программы является положение о том, что для обеспечения личной, региональной, государственной и глобальной безопасности определяющую роль играет не столько уровень знаний каждого человека об опасностях окружающего мира и способах защиты от них, сколько воспитание в человеке культуры безопасности жизнедеятельности.

Цель курса «Культура безопасной жизнедеятельности» заключается в изучении и освоении учащимися общеобразовательных учреждений интегрированных знаний, умений и навыков, обеспечивающих безопасность жизнедеятельности, формирование желания, интереса, потребностей к обеспечению собственной безопасности и безопасности окружающих.

Основные задачи курса:

1. Изучение и освоение основ здорового образа жизни, обеспечивающего полноценное безопасное существование и реализацию способностей и запросов личности в повседневной жизни.
2. Ознакомление с опасностями, угрожающими человеку в современной повседневной жизни, действиями в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера; изучение и освоение методов и приемов защиты, позволяющих минимизировать возможный ущерб личности и обществу в опасных и чрезвычайных ситуациях, снизить индивидуальные, коллективные риски.
3. Изучение и освоение основ медицинских знаний и правил оказания первой медицинской помощи.
4. Изучение современного комплекса проблем безопасности жизни и жизнедеятельности, формирующее у обучающихся научные взгляды на главные особенности постиндустриального периода перехода человечества в ноосферу, а также ценностные социально-значимые ориентации личности.
5. Развитие способностей анализировать ситуации и принимать безопасные решения в быту, учебной и последующей профессиональной деятельности.
6. Формирование представления об экологических, социокультурных, экономических особенностях малой Родины как среды непосредственной жизнедеятельности и сопричастности к ней в процессе самоутверждения и самореализации.
7. Формирование способности выбора морально-психологических установок в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций.
8. Формирование уважительного, ответственного отношения к собственной безопасности и безопасности окружающих людей, бережного отношения к окружающей среде, навыков взаимодействия, сотрудничества, необходимых для разрешения и предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, осознание приоритетности безопасности во всех сферах деятельности.

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 структурно представлено девятью модулями (тематическими линиями), обеспечивающими непрерывность изучения предмета на уровне основного общего образования:

модуль № 1 «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»;
модуль № 2 «Здоровье и как его сохранить;
модуль № 3 «Безопасность на транспорте»;
модуль № 4 «Безопасность в быту»;
модуль № 5 «Безопасность в социуме»;
модуль № 6 «Основы противодействия экстремизму и терроризму»;
модуль № 7 «Безопасность в информационном пространстве»;
модуль № 8 «Безопасность в природной среде»;
модуль № 9 «Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера»;
модуль № 10 «Основы медицинских знаний»;
модуль № 11 «Безопасность в общественных местах»;
модуль № 12 «Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения»;
модуль № 13 «Экологическая безопасность».

В целях обеспечения системного подхода в изучении КБЖ 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.

Программой предусматривается использование практикоориентированных интерактивных форм организации учебных занятий с возможностью применения тренажерных систем и виртуальных моделей. При этом использование электронной образовательной среды на учебных занятиях должно быть разумным — компьютер и дистанционные образовательные технологии не способны полностью заменить педагога и практические действия обучающихся.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО КУРСА «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Курс «Культура безопасности жизнедеятельности» предназначен для формирования личных и социально значимых качеств учащихся, направленных на повышение уровня защищённости жизненно важных интересов личности, общества, государства от внешних и внутренних угроз, в том числе от отрицательного влияния человеческого фактора на общественную безопасность.

Изучение курса КБЖ способствует формированию у обучающихся в 5-7 классах основ индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, необходимой человеку для жизни в условиях техногенной, природной, социальной и информационной сфер

деятельности на современном этапе. В процессе освоения предмета обучающиеся приобретут необходимые знания, умения, навыки и сформируют компетенции для обеспечения безопасной жизнедеятельности в обществе в условиях современного мира, в том числе с учётом региональных особенностей.

Обучение по новой программе будет способствовать выработке у учащихся умений распознавать угрозы, нейтрализовать конфликтные ситуации, решать сложные вопросы социального характера, грамотно вести себя при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Основная цель курса — научить подростков предвидеть опасность, по возможности её избегать, при необходимости действовать со знанием дела.

Достижение *планируемых результатов* реализуется путём решения ряда учебных задач, которые определяют общие направления формирования содержания внеурочного курса КБЖ в рамках отдельных положений стратегических национальных приоритетов, определённых Стратегией национальной безопасности Российской Федерации: сбережение народа России и развитие человеческого потенциала; оборона страны; государственная и общественная безопасность; информационная безопасность; экономическая безопасность; научно-технологическое развитие; экологическая безопасность и рациональное природопользование; защита традиционных российских духовно-нравственных ценностей, культуры и исторической памяти; стратегическая стабильность и взаимовыгодное международное сотрудничество.

ЦЕЛЬ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Целью изучения учебного курса КБЖ на уровне основного общего образования:

- научить подростков предвидеть опасность, по возможности ее избегать, при необходимости действовать со знанием дела;
- сформировать у них культуру безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:
- формирование 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

В целях обеспечения индивидуальных потребностей обучающихся в формировании культуры безопасности жизнедеятельности на основе расширения знаний и умений, углубленного понимания значимости безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций для личности, общества и государства предмет изучается в 5—7 классах из расчета 1 час в неделю за счет использования части учебного плана, формируемого участниками образовательных отношений (всего 102 часа).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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. Силовые 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 ИНФОРМАЦИОННОМ ПРОСТРАНСТВЕ»

Основные источники информации.

Понятия «информационная среда», «информационная безопасность». Понятие «киберзависимость». Правила безопасности для защиты от информационных угроз и опасностей.

Информационная безопасность детей. Угроза информационной безопасности. Основные правила поведения в социальных сетях.

Признаки игромании у подростков.

Понятия «буллинг», «кибербуллинг». Способы избежать контактов с компьютерными агрессорами.

Как распознать действия кибермошенников.

МОДУЛЬ № 8 «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.

Плавучие 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 и др.).

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 № 9 «БЕЗОПАСНОСТЬ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА»

Понятие «химическое заражение местности». Хлор и аммиак — аварийно химически опасные вещества (АХОВ). Правила действия после оповещения об аварии и угрозе химического заражения. Индивидуальные средства защиты.

Радиационно опасный объект. Радиационная авария. Правила безопасного поведения в условиях радиационной обстановки.

Понятие «гидродинамическая авария». Правила безопасного поведения в условиях гидродинамической аварии.

МОДУЛЬ № 10 «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 № 11 «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 выполнен- ной работы (оказанной услуги).

МОДУЛЬ № 12 «ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА В ОБЕСПЕЧЕНИИ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ»

Аварии и катастрофы в современной промышленности и энергетике.

Понятие «радиационная защита». Источники облучения. Правила поведения при аварии на радиационно опасном объекте. Меры радиационной защиты населения.

Источники химической опасности для населения. Правила поведения в зоне химической аварии. Правила поведения при движении по зараженной территории. Средства индивидуальной защиты населения от АХОВ.

Пожары и взрывы с тяжелыми социальными и экономически- ми потерями. Четыре класса опасности производственных объектов. Средства защиты населения. Как вести себя при взрыве.

Виды гидротехнических сооружений. Основные причины аварий на плотинах. Меры по защите населения.

Сигнал «Внимание всем!». Общероссийская комплексная система информирования и оповещения населения в местах массового пребывания людей (ОКСИОН). Действия по сигналам гражданской обороны.

Организация эвакуации населения по производственно-территориальному принципу. Виды эвакуации в зависимости от сроков проведения. Локальная, местная, региональная эвакуация. Особенности организации и осуществления эвакуационных мероприятий при авариях и катастрофах. Действия после получения информации об эвакуации.

Инженерная защита населения и ее функции. Защитные сооружения гражданской обороны. Противорадиационные укрытия (ПРУ). Простейшие укрытия.

Права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности, изложенные в документах государственного законодательства (Конституция Российской Федерации, Стратегия национальной безопасности Российской Федерации и др.).

Классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Основные угрозы военной безопасности Российской Федерации.

Основные внешние военные опасности. Основные внутренние военные опасности.

МОДУЛЬ № 13 «ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ»

Загрязнение атмосферы. Загрязнение почв. Загрязнение вод. Типовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания.

Безопасное поведение в местах с загрязненной атмосферой. Безопасное поведение в местах с загрязненной водой. Безопасное поведение в местах с загрязненной почвой.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Настоящая Программа чётко ориентирована на выполнение требований 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.

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 природ- ной 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 курса КБЖ, 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 результаты освоения программы основного общего образования) и 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:

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 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:

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 (*сотрудничество*):

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной учебной 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 коммуникативных действий обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

3. Овладение универсальными учебными регулятивными действиями.

Самоорганизация:

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 (рефлексия):

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 приобретённому 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 право на ошибку и такое же право другого;

принимать себя и других, не осуждая;

открытость для себя и других;

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

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 (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, 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 (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды).

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:

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, исключающего употребление нар- котиков, 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. «БЕЗОПАСНОСТЬ В ИНФОРМАЦИОННОМ ПРОСТРАНСТВЕ»:

овладеть понятиями информационной среды, киберзависимости; владеть правилами безопасности от информационных угроз; предупреждать возникновение игромании; уметь защитить свои денежные средства при использовании Интернета; уметь избежать кибербуллинга

МОДУЛЬ № 10. «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.

МОДУЛЬ № 11. «ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА В ОБЕСПЕЧЕНИИ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ»:

характеризовать техногенные ситуации; владеть способами безопасного поведения во время аварий, взрывов и других чрезвычайных ситуациях; понимать роль и функции государственных систем защиты населения; понимать и объяснять права и обязанности граждан в области безопасности во время чрезвычайных ситуаций.

МОДУЛЬ № 12. «БЕЗОПАСНОСТЬ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА»:

характеризовать химические заражения местности, радиационные заражения; знать и объяснять правила безопасного поведения во время техногенных катастроф; знать средства индивидуальной защиты, уметь ими пользоваться.

МОДУЛЬ № 13. «ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ»:

освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания; знать источники загрязнения окружающей среды; знать правила безопасного поведения в зараженной местности.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Модуль 1. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе.					
1	Введение. Почему нужно изучать предмет «Культура безопасности жизнедеятельности».	1	Овладеть знаниями и умениями определять источники опасных и чрезвычайных ситуаций	лекция	
2	За что «отвечают» системы органов	1	Понятия «здоровье», «здоровый образ жизни». Физическое здоровье	лекция	
3	Укрепляем нервную систему.	1	Духовное здоровье. Неразрывная связь физического и духовного здоровья. Психологическая составляющая здоровья.	лекция	
4	Тренируем сердце	2	Развитие физических качеств (сила, быстрота, выносливость).	лекция	
5	Развиваем дыхательную систему	2	Дыхательная система человека, дышим правильно. Чем дышит человек.	лекция	
6	Питаемся правильно	3	Питание. Вода, белки, витамины, жиры, минеральные вещества, углеводы.	лекция	
7	Здоровье органов чувств.	3	Органы чувств человека, уход и бережное отношение.	лекция	
8	Психическое здоровье человека	2	Понятие. Как защитить себя от стресса.	лекция	
9	Факторы, влияющие на	1	Определение здоровья,	лекция	

	здоровье		влияние внешних факторов на сохранение здоровья		
10	Социальное здоровье человека	2	Понятие, характеристика социального здоровья.	лекция	
11	Как вести здоровый образ жизни	1	Индивидуальная модель здорового образа жизни.	лекция	
12	Чистота — залог здоровья	1	Определение понятия «гигиена». Уход за зубами. Уход за кожей. Правила гигиены на каждый день	лекция	
13	Движение — это жизнь	2	Активный образ жизни. Спорт укрепляет и закаляет организм.	лекция	
14	Поговорим о закаливании	2	Закаливание и закаливающие процедуры. Факторы, способствующие сбережению здоровья (правильное питание, закаливание организма).	лекция	
15	Компьютер и здоровье	2	Игромания. Компьютерная игровая зависимость. Факторы, разрушающие здоровье (долгое сидение за компьютером, избыточный вес).	лекция	
16	Инфекционные заболевания	1	Определение, типы инфекционных заболеваний, профилактика.	лекция	
17	Наводим в доме чистоту	1	Вид и правила уборки. Для чего нужно наводить чистоту в доме.	лекция	
18	Дела домашние: техника безопасности	4	Правила безопасности в быту, связанные с пожарной безопасностью, использованием электроприборов, обращением с	лекция	

			водоснабжением.		
19	Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения	1	ПДД, понятия и основные правила.	лекция	
20	Правила безопасного поведения в период летних каникул	1	Безопасное поведение на улице, основные правила ПБ, ПДД, на водоемах.	лекция	
Общее количество часов по программе		34			

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Основное содержание	Основные виды деятельности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Безопасность вокруг нас.	1	Понятие Безопасность, безопасность каждый день.	лекция	
2	На игровой площадке	4	Игровая площадка, Осмотр игровой зоны, правила безопасного использования оборудования.	лекция	
3	На природе	12	Природа и человек. Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе. Ориентирование на местности, по часам, компасу. Первая помощь при травмах.	лекция	
4	Туристический поход	9	Поход, виды похода. Подготовка и проведение похода. Разбивка бивака. Обеспечение личной	лекция	

			безопасности в походе. Акклиматизация человека.		
5	Когда человек сам себе враг	8	Безопасность человека каждый день (на водоемах, на природе, на улице, в быту)	лекция	
итого		34			

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 7 класс

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Основное содержание	Основ-ные виды деятель-ности	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
1	Введение. Культура безопасности жизнедеятельности	1	Определение. Зачем человеку безопасность		
2	Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя	4	Организм человека индивидуален. Знай особенности себя. Психическое состояние человека.		
3	Здоровый образ жизни	12	ЗОЖ и его особенности. понятия «здоровье», «здоровый образ жизни»; физическое и духовное здоровье, их взаимосвязь; режим дня, отдых, сон; правильная и неправильная осанка, близорукость и дальнозоркость; развитие физических		

			качеств (сила, быстрота, выносливость); малоподвижный образ жизни и двигательная активность;		
4	Безопасность в обществе	7	Общие принципы безопасного поведения; уровни взаимодействия человека и окружающей среды; механизм перерастания повседневной ситуации в чрезвычайную, правила поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях.		
5	Безопасность в быту	3	Основные правила безопасности с газовым оборудованием, электрооборудование, правила эксплуатации		
6	Туристский поход: радость без неприятностей	5	Подбор снаряжения и продуктов питания. Одежда и обувь для похода Правила организации режима дня туриста: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий и игр.		

7	Безопасность жизнедеятельности во время летних каникул	1	Правила безопасного поведения на каждый день		
Итого		34			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 класс

№	Тема урока	Количество часов			
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1	Модуль 1. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе. Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности»	1			
2	Модуль 2. “Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний» Раздел №1 "Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя".	1			
3	За что «отвечают» системы органов человека.	1			
4	Организм человека, как единое целое	1			
5	Укрепляем нервную систему	1			
6	Тренируем сердце Практическая работа: «Учимся измерять пульс»	1		1	
7	Развиваем дыхательную систему Практическая работа: «Упражняем дыхательную систему (дыхательные упражнения)»	1		1	
8	Принципы рационального питания	1			
9	Первая помощь при отравлении и пищевой аллергии.	1			
10	Питаемся правильно, режим питания подростка	1			
11	Режим питания подростка	1			
12	Здоровье органов чувств	1			
13	Практическая работа: Овладение приемами тренировки глаз	1		1	
14	Слух человека и животных. Сравнительная характеристика. Как сохранить обоняние.	1			
15	Психическое здоровье человека	1			
16	Развитие волевых качеств. Упражнения для снятия напряжения с разных групп мышц	1			
17	Факторы, влияющие на здоровье	1			
18	Социальное здоровье человека	1			
19	Одиночество — путь к социальному нездоровью человека, как улучшить	1			

	психическое здоровье человека.				
20	Как вести ЗОЖ	1			
21	Чистота — залог здоровья	1			
22	Движение — это жизнь Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.	1			
23	Общеукрепляющие физические упражнения	1			
24	Поговорим о закаливании	1			
25	Составление программы закаливания	1			
26	Компьютер и здоровье	1			
27	Правила безопасного пользования компьютером.	1			
28	Инфекционные заболевания	1			
29	Модуль 3 «Безопасность в быту» Наводим в доме чистоту	1			
30	Дела домашние: техника безопасности	1			
31	Животные и насекомые, распространяющие инфекцию (мыши, тараканы, клопы)	1			
32	Первая помощь при ушибах, отравлении клеем, его парами, бытовым газом и электрическим током.	1			
33	Итоговое тестирование	1			
34	Правила безопасного поведения в период летних каникул	1			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34		3	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 класс

№	Тема урока	Количество часов			
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1	Введение. Основы безопасности жизнедеятельности	1			
2	Подготовка к прогулке	1			
3	На игровой площадке	1			
4	На игровой площадке	1			
5	На игровой площадке	1			
6	Учимся оказывать первую помощь (ушибы)	1			
7	Учимся оказывать первую помощь (вывихи)	1			
8	Учимся оказывать первую помощь (переломы)	1			

9	Встреча с животными	1			
10	Встреча с животными	1			
11	Первая помощь при укусе собаки	1			
12	Ориентирование по компасу, солнцу, часам	1			
13	Ориентирование по Полярной звезде, местным признакам	1			
14	Измерение расстояния на местности	1			
15	Ориентирование	1			
16	Ориентирование	1			
17	Правила поведения во время прогулок и на экскурсии	1			
18	Первая помощь при солнечном или тепловом ударе	1			
19	Если встретилась опасность…	1			
20	Первая помощь при укусе насекомого, змеи	1			
21	Расширяем свои знания о змеях	1			
22	Ядовитые растения и грибы	1			
23	Ядовитые растения и грибы	1			
24	Ядовитые растения и грибы	1			
25	Первая помощь при отравлении	1			
26	На водоеме	1			
27	Правила безопасного поведения на воде	1			
28	Первая помощь при утоплении	1			
29	Практическая работа "Оказание первой помощи утопающему"	1			
30	Правила безопасного поведения на льду	1			
31	Безопасность на природе	1			
32	Экскурсия в природу.	1		1	
33	Обобщение пройденного материала за курс 6 класса	1			
34	Безопасность жизнедеятельности во время летних каникул	1			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 7 класс

	Тема урока	**Количество часов**			
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	Электронные цифровые образовательные ресурсы
1	Введение. Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности	1			
2	Организм человека и его безопасность. Почему нужно знать свой организм.	1			

	Особенности организма человека.				
3	Психическое здоровье человека Показатели психического здоровья и нездоровья. Умение сдерживать свои эмоции.	1			
4	Наши предложения: как улучшить психическое здоровье человека.	1			
5	Социальное здоровье человека. Что определяет социальное здоровье человека. Умеем ли мы общаться.	1			
6	Знакомимся с лекарственными растениями	1			
7	Правила закаливания	1			
8	Правила рационального питания	1			
9	Первая помощь при солнечном, тепловом ударе	1			
10	Первая помощь при ожогах	1			
11	Когда человек сам себе враг	1			
12	«Вредные и опасные привычки»	1			
13	Вред алкоголя	1			
14	Вред курения	1			
15	Скажем наркотикам «Нет!»	1			
16	Упражнения при простуде и влажном кашле	1			
17	Первая помощь при отравлении	1			
18	Пожар. Причины пожаров	1			
19	Правила пожарной безопасности	1			
20	Правила пользования электроприборами	1			
21	Дорожная безопасность	1			
22	Антитеррористическая безопасность	1			
23	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения.	1			
24	Виды террористических актов и их последствия.	1			
25	Чрезвычайные ситуации в быту	1			
26	Безопасная работа за компьютером	1			
27	Приёмы безопасного обращения с клеем при проведении домашних хозяйственных работ	1			
28	Первая помощь при отравлении газом	1			
29	Поход, разбивка бивака	1			
30	Правила организации безопасного туристского похода.	1			
31	Подбор снаряжения и продуктов питания. Одежда и обувь для похода	1			
32	Правила организации режима дня туриста: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий и игр.	1			
33	Походная аптечка	1			

34	Безопасность жизнедеятельности во время летних каникул	1			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		4			

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Основы безопасности жизнедеятельности: 5—9 классы: методическое пособие / Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов. — М.: Просвещение, 2021.

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

1. Бинт.
2. Компас.
3. Кровоостанавливающий жгут
4. Носилки.
5. Плакаты по КБЖ.
6. Противогазы.
7. Флаг России.
8. Шина

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

1. Персональный компьютер.
2. Принтер лазерный.
3. Мультимедийный проектор.
4. Конституция Российской Федерации.
5. ФЗ «О пожарной безопасности».
6. Брошюра «Действия населения по предупреждению террористических акций».
7. Брошюра «Первая медицинская помощь в чрезвычайных ситуациях».
8. Брошюра «Первичная профилактика курения табака».
9. Брошюра «Средства защиты органов дыхания и кожи (противогазы, респираторы и защитная одежда)».
10. Видеофильмы по КБЖ.