

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Ставропольского края**

**Управление образования администрации Советского городского округа**

**МОУ "СОШ № 15 х. Андреевский"**

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель МО  
учителей естественно-  
математического цикла

Имирханов В.Г.  
Протокол №1 от «31»  
08.2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Зам. директора по ВР

Иванькина Н.А.  
№1 от «31» 08 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МОУ "СОШ  
№15 х. Андреевский"

Чижикова Ж.И.  
Приказ №195 от «31»  
08.2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

для обучающихся 5,6,7 классов

**х. Андреевский, 2023**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Обстановка, складывающаяся в стране в области национальной безопасности, в связи с реальными внешними и внутренними угрозами и чрезвычайной ситуацией биолого-социального характера пандемией, потребовала пересмотра системы подготовки подрастающего поколения россиян в области безопасности жизнедеятельности на основе комплексного подхода к формированию у них современного уровня культуры безопасности. Такой подход будет способствовать снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, связанных с различными опасными и чрезвычайными ситуациями, в том числе с социальными ситуациями- экстремизмом и терроризмом, наркотизмом и военными угрозами. Настоящая примерная рабочая программа отражает модульную структуру содержания предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» и написана в соответствии с нормативно-правовыми актами в области безопасности жизнедеятельности, действующими в Российской Федерации, и на основе совокупных требований, определенных Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования. При разработке программы авторы опирались на положения следующих основополагающих государственных документов (в последних редакциях): Конституции Российской Федерации; Федерального государственного стандарта основного общего образования; Стратегии национальной безопасности Российской Федерации; Правил дорожного движения Российской Федерации; Семейного кодекса Российской Федерации; Уголовного кодекса Российской Федерации; Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»; Федерального закона «О гражданской обороне»; Федерального закона «О радиационной безопасности населения»; Федерального закона «О пожарной безопасности»; Федерального закона «О безопасности дорожного движения»; Федерального закона «О противодействии терроризму»; Концепции преподавания основ безопасности жизнедеятельности.

Настоящая примерная рабочая программа предназначена для формирования у обучающихся в 5—9 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 данной примерной рабочей программы по ОБЖ 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. Учитывая положения Концепции преподавания основ безопасности жизнедеятельности, при разработке программы авторский коллектив использовал сочетание новых и традиционных подходов к изучению

вопросов комплексной безопасности личности, общества и государства в различных сферах, в том числе в социальной среде: противодействие вовлечению в деструктивные молодёжные сообщества, обеспечение информационной безопасности, а также защита прав потребителей и др. Особое внимание уделяется анти-экстремистской и антитеррористической безопасности, а также общегосударственной системе защиты личности, общества, государства от террористических угроз. 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 программы** — 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 предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в рамках отдельных положений стратегических национальных приоритетов, определённых стратегией национальной безопасности Российской Федерации: оборона страны; государственная и общественная безопасность; повышение качества жизни российских граждан; экономический рост; наука, технологии и образование; здравоохранение; культура; экология живых систем и рациональное природопользование; стратегическая стабильность и равноправное стратегическое партнёрство.

В ходе освоения примерной рабочей программы по основам безопасности жизнедеятельности обучаемые сформируют индивидуальные социальные качества, компетентности, что окажет важное влияние на их подготовку к самостоятельной жизнедеятельности в современном обществе в реальных условиях окружающего мира.

Обращаем внимание преподавателей, что новая примерная рабочая программа обеспечивает полное изучение курса в 5—7 классах и создана с учётом современных вызовов в области противодействия угрозам жизни и здоровью человека.

Предлагаемая вашему вниманию программа определяет объём учебного материала по предмету, даёт примерное распределение учебных часов по учебным модулям (всего 14 модулей), разделам и темам предмета и может быть использована в качестве основы для разработки рабочей программы по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» в общеобразовательной организации.

При разработке рабочей программы общеобразовательной организацией возможны некоторые изменения и дополнения (в рамках требований ФГОС ООО) с учётом региональных особенностей и возможностей общеобразовательной организации.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

### **Личностные результаты**

Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлому и настоящему многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;

усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в

чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения в транспорте и на дорогах;  
формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;  
осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;  
развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

### **Метапредметные результаты**

Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;

5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;  
смысловое чтение;

умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и

потребностей; планирования и регуляции своей деятельности;  
владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;  
формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий; развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;  
формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

### **Предметные результаты**

Формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;  
формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;  
понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;  
понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;

понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества;  
формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью; формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции; понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека; знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствий для личности, общества и государства; знание мер безопасности и правил поведения и умение их при менять в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; умение оказать первую помощь пострадавшим; умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников; готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределённости; умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей; овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

**СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА**  
**«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**  
**МОДУЛЬ «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ**  
**ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ**  
**ОБЩЕСТВЕ»**

Человек и его безопасность

Опасности в жизни человека.

Опасные и чрезвычайные ситуации. Источники опасных ситуаций.

Возникновение опасных ситуаций из-за человеческого фактора.

Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях.

Понятия «безопасность», «безопасность жизнедеятельности». Правила безопасности жизни. Краткие сведения о системе государственной защиты в области безопасности.

Разновидности чрезвычайных ситуаций.

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

Чрезвычайные ситуации социального характера.

## **МОДУЛЬ**

### **«ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ»**

Здоровье и факторы, влияющие на него

Что такое здоровье и здоровый образ жизни.

Определения понятий «здоровье», «здоровый образ жизни». Физическое здоровье. Духовное здоровье. Неразрывная связь физического и духовного здоровья.

Как сохранить здоровье.

Режим дня. Отдых. Сон как важнейший признак здоровья. Правильная и неправильная осанка при ходьбе и при работе за письменным столом.

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 — необходимые элементы, требующиеся для развития организма.

Личная гигиена.

Определение понятия «гигиена». Уход за зубами. Уход за кожей.

Выбор одежды по сезону. Правила гигиены на каждый день.

Предупреждение вредных привычек.

Вред табакокурения и употребления спиртных напитков. Негативное отношение к приёму наркотических и токсикоманических веществ

Основные правила здорового образа жизни.

Здоровье и правила его сбережения

Факторы, способствующие сбережению здоровья.

Правильное и неправильное питание. Закаливание организма.

Факторы, разрушающие здоровье.

Долгое сидение за компьютером. Избыточный вес.  
Профилактика вредных привычек.  
Вред от употребления алкогольных напитков, табака, наркотиков.  
Игромания. Компьютерная игровая зависимость. Как избежать этой зависимости.  
Как избежать отрицательного воздействия окружающей среды на развитие и здоровье человека.  
Физические, химические и социальные антропогенные факторы окружающей среды. Экологическая безопасность.  
Правила личной гигиены 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.

Чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения  
Эпидемии.  
Понятия «эпидемия», «пандемия». Пандемия коронавируса.  
Правила профилактики коронавируса.  
Эпизоотии.  
Понятия «эпизоотический очаг», «панзоотия». Признаки инфекционных заболеваний животных.  
Эпифитотии.  
Понятия «эпифитотия», «панфитотия». Признаки инфекционных заболеваний растений.  
Защита населения от чрезвычайных ситуаций биологосоциального происхождения.  
Защита от эпидемий, эпизоотий, эпифитотий.  
Здоровье и здоровый образ жизни  
Зависимость благополучия человека от его здоровья.

Как сформировать индивидуальную модель здорового образа жизни.  
Как избежать инфекционных заболеваний. Влияние вредных привычек на здоровье человека.  
Табакокурение. Электронные сигареты. Не употребляйте алкогольные напитки. Наркозависимость. Здоровье как важная составляющая благополучия человека. Физиологическая составляющая здоровья. Психологическая составляющая здоровья. Нравственная составляющая здоровья. Что включает в себя здоровый образ жизни.  
Обязательные правила при составлении режима дня.  
Значение репродуктивного здоровья для населения страны.  
Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье. Улучшение демографической ситуации на государственном уровне.  
Семейно-брачные отношения. Репродуктивная функция семьи. Что нужно понимать перед тем, как создать семью.  
Семейное право в Российской Федерации.



Основные положения Семейного кодекса Российской Федерации.

## **МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТРАНСПОРТЕ»**

Безопасное поведение на дорогах и в транспорте

Правила поведения для пешеходов.

Дорожная разметка. Регулирование дорожного движения. 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.

Правила поведения для пассажиров.

Общественный транспорт. Школьный автобус. Правила, которые необходимо выполнять пассажирам трамваев, троллейбусов, автобусов, метрополитена.

Если вы водитель велосипеда.

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

Безопасность участников дорожного движения.

Дорожно-транспортные происшествия (ДТП) и аварийные ситуации.

Правила безопасного поведения пассажира при передвижении на автомашине. Обязанности водителя, попавшего в ДТП. Кнопка SOS в автомобиле. Аварийные ситуации в городском общественном транспорте.

Безопасность на авиационном и водном транспорте.

Что делать в случае возникновения аварийной ситуации в самолёте.

Безопасность пассажиров морских и речных судов. Как вести себя при кораблекрушении. Безопасность в ситуациях, связанных с железнодорожным транспортом и метрополитеном

Ситуации, связанные с железнодорожным транспортом.

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

Безопасность в метрополитене.

## **МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В БЫТУ»**

Безопасность вашего жилища

Среда обитания человека.

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

Службы, которые всегда приходят на помощь.

Правила вызова экстренных служб. Единый номер 112.

Основные правила безопасности на улице.

Безопасность в вечернее время. Безопасность в толпе.

Безопасность дома.

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

Безопасность в подъезде и на игровой площадке.

Основные правила безопасности в подъезде и лифте, которые надо соблюдать, чтобы не подвергнуться нападению. Основные правила безопасного поведения на игровой площадке.

Как вести себя при пожаре. Правила поведения, если пожар в квартире.

Рекомендации, как избежать пожара. Безопасность в повседневной жизни

Пожарная безопасность в помещениях. Пожар на кухне, на балконе. Меры предосторожности при работе с печью. Электробезопасность в повседневной жизни. Меры предосторожности при использовании электроприборов.

Средства бытовой химии. Безопасность в быту

Обеспечение личной безопасности в быту.

Пользование водопроводом, канализацией и мусоропроводом.

Употребление лекарств. Потеря ключей.

Пожары в зданиях. Основные причины пожаров в зданиях. Основные поражающие факторы пожара. Правила использования электроприборов. Как вести себя при пожаре в общественном месте.

Предупреждение пожаров и меры по защите населения.

Пожарная профилактика. Основные задачи пожарной охраны.

Государственная противопожарная служба (ГПС), её функции.

Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.

Ответственность за нарушение требований пожарной безопасности.

## **МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ»**

Безопасность в криминогенных ситуациях

Как избежать контактов со злоумышленниками и преступной средой.

Понятие «криминогенная ситуация». Разновидности преступлений.

Правила безопасного поведения на улице, в образовательной организации, дома, которые необходимо соблюдать, чтобы не стать жертвой злоумышленников.

Советы на всю жизнь. Полезные правила, которые помогут детям и подросткам избежать криминальных угроз. Как улучшить отношения с окружающими. Стресс и стрессовые ситуации.

Как снизить влияние стресса на поведение и общее состояние человека.

Методы самовнушения, самоубеждения и самоприказа в борьбе со стрессом. Конфликт — особенности общения.

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

Безопасность в социальных сетях. Как не стать жертвой принуждения к самоубийству (суициду). Как противостоять опасностям вовлечения в группы смерти. Опасности вовлечения в экстремистские субкультуры «Колумбайн» и «скулшутинг» - опасные враги общества.

Признаки агрессивного поведения у подростков. Не позволяйте собой манипулировать. Как противостоять манипуляциям в информационной среде. Противодействие вовлечению в криминальные сообщества.

Признаки воздействия криминальных сообществ на учащихся. Что нужно делать, чтобы снизить риск попадания под влияние криминальных структур.

## **МОДУЛЬ «ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ»**

Экстремизм и терроризм — угрозы личности, обществу и государству

Что такое экстремизм. Понятия «экстремизм», «экстремистская деятельность».

Опасные формы

экстремистской деятельности. Ответственность за экстремистскую деятельность. Терроризм — крайняя форма экстремизма.

Понятие «терроризм». Различные виды террористической деятельности.

Ложные сообщения о терактах. Формы проявления терроризма.

Ответственность несовершеннолетних за участие в террористической деятельности. Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта. Признаки наличия взрывного устройства. Правила поведения в различных ситуациях, связанных с проявлением террористической деятельности. Терроризм — угроза обществу и каждому

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

Особенности современного терроризма.

Виды современной террористической деятельности.

Телефонные террористы.

Как не стать пособником террористов.

Как действуют вербовщики террористических организаций. Статьи Уголовного кодекса Российской Федерации, предусмотренные за террористическую деятельность, в том числе для лиц, которым исполнилось на момент преступления 14 лет.

Формирование антитеррористического поведения.

Противодействие экстремизму и терроризму

Терроризм — угроза национальной безопасности России.

Основные нормативно-правовые акты по противодействию экстремизму и терроризму.

Федеральные законы «О противодействии экстремистской деятельности», «О противодействии терроризму» и другие документы.

Общегосударственное противодействие терроризму.

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

Противодействие вовлечению в сообщества экстремистской направленности. Праворадикальные сообщества. Леворадикальные сообщества.

Как избежать вовлечения в радикальные сообщества и не попасть под влияние экстремистской идеологии. Общие правила Интернет-безопасности с целью противостояния экстремизму и терроризму.

Правила поведения в различных ситуациях, связанных с антитеррористической безопасностью. Обнаружение подозрительного предмета, который может

оказаться взрывным устройством. Захват в заложники. Правила поведения при захвате самолёта террористами. Обеспечение безопасности при перестрелке.

## **МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В ИНФОРМАЦИОННОМ ПРОСТРАНСТВЕ»**

Безопасность в информационной среде. Что такое информационная среда. Понятия «информационная среда», «информационная безопасность».

Основные источники информации.

Безопасное использование информационных ресурсов.

Понятие «киберзависимость». Правила безопасности для защиты от информационных угроз и опасностей. Безопасность в Интернете. Информационная безопасность. Информационная безопасность детей. Угроза информационной безопасности. Основные правила поведения в социальных сетях. Компьютерная игра. Признаки заболевания у подростков, слишком увлечённых компьютерными

играми. Деструктивное поведение в социальных сетях. Как не стать жертвой кибербуллинга. Понятия «буллинг», «кибербуллинг». Способы избежать контактов с компьютерными агрессорами.

Как не стать жертвой мошенничества в социальных сетях.

Как распознать действия кибермошенников. Как защитить свои денежные средства при использовании платёжных средств в Интернете.

## **МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ»**

Безопасность в различных погодных условиях и при стихийных

Бедствиях Как погодные условия могут влиять на безопасность человека.

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

Безопасное поведение на водоёмах.

Правила поведения на замёрзшем водоёме. Безопасность при купании в водоёмах летом. Стихийные бедствия и связанные с ними опасности.

Землетрясение. Наводнение. Ураган. Сель. Оползень. Правила поведения во время стихийных бедствий. Безопасное поведение на природе. Безопасное поведение в туристских походах. Основные меры безопасности в туристских походах. Если турист отстал от группы. Виды туристских походов.

Однодневные и многодневные, местные и дальние туристские походы.

Как ориентироваться на местности. Ориентирование по Солнцу. Ориентирование по природным признакам. Ориентирование по местным признакам. Способы определения сторон горизонта по компасу, небесным светилам и карте. Подготовка к проведению туристского похода.

Руководитель похода и его обязанности. Санитар и его обязанности.

Состав аптечки первой помощи (походной аптечки). Туристское снаряжение в зависимости от вида похода. Приметы, по которым можно определить погоду.

Как развести костёр при разной погоде.

Выбор места для костра и его розжиг. Виды костров. Если в лесу вас застигла гроза. Признаки приближающейся грозы. Правильное размещение в укрытии во время грозы. Правила безопасного поведения в различных видах походов

Советы на всю жизнь. Пеший поход. Ведущий турист. Замыкающий турист. Техника движения по равнинной и пересечённой местности. Устройство бивака. Лыжные походы. Особенности снаряжения. Организация движения. Горные походы. Организация движения при подъёме и спуске. Водные походы. Способы и средства самопомощи и взаимопомощи в водных походах. Плавучие средства. Общий распорядок ходового дня. Правила действия во время аварии судна. Безопасное поведение при автономном существовании. Поведение человека в условиях автономного существования в природной среде. Факторы, способствующие и препятствующие выживанию при автономном существовании. Добровольная и вынужденная автономия человека в природной среде. Характерные особенности добровольного и вынужденного существования в природе. Организация ночлега при автономном существовании. Сооружение временного жилища. Добывание огня с помощью различных предметов. Как добыть питьё и пищу в условиях автономии. Растения, грибы, орехи, которые можно употреблять в пищу. Очистка и обеззараживание воды. Как подать сигналы бедствия. Различные средства аварийной сигнализации. Опасные встречи в природных условиях. Безопасность при встрече с дикими животными. Правила поведения при встрече с дикими животными (лосем, кабаном, волком, медведем и др.). Безопасность при встрече со змеёй. Защита от комаров, мошки и других насекомых. Профилактика клещевого энцефалита. Клещевой вирусный энцефалит, его переносчики, места и время передачи, последствия заболевания. Способы удаления клещей с тела. Чрезвычайные ситуации природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Землетрясение. Правила при подготовке к землетрясению. Что нужно делать во время землетрясения. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Извержения вулканов. Оползни, обвалы. Что нужно делать при поступившем сигнале о начале стихийного бедствия геологического происхождения. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения. Ураганы и бури. Смерчи. Правила поведения при чрезвычайных ситуациях метеорологического происхождения. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения. Наводнения, их виды. Сели. Цунами. Снежные лавины. Правила поведения при чрезвычайных ситуациях гидрологического происхождения. Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения. Защита от землетрясений и ликвидация их последствий. Защита от вулканических опасностей, оползней и обвалов. Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического и гидрологического происхождения. Защита от ураганов, бурь, смерчей. Защита от наводнений. Мероприятия по защите от селей. Мероприятия по защите от цунами. Защита от снежных лавин. Природные пожары. Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары. Правила безопасности при возникновении лесных и торфяных пожаров. Защита населения от лесных и торфяных пожаров. Средства и способы, которые используются при тушении лесных пожаров.

## **МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА»**

Производственные аварии и их опасность для жизни, здоровья и благополучия человека. Химические производства и связанные с ними опасности. 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. Ядерные объекты и их опасности.

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

Гидротехнические сооружения и их опасности.

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

## **МОДУЛЬ «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ»**

Первая помощь и правила её оказания

Основные правила оказания первой помощи.

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.

Первая помощь и взаимопомощь при ожоге.

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. Первая помощь при отравлениях.

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

Первая помощь при травмах. Понятия «ушиб», «травма». Первая помощь при ушибах и ссадинах. Первая помощь при чрезвычайных ситуациях.

Правила оказания первой помощи в условиях различных чрезвычайных ситуаций. Важность своевременного оказания первой помощи. Первая помощь при электротравме. Первая помощь при кровотечении.

Наружные и внутренние кровотечения. Виды кровотечения капиллярное, венозное, артериальное, смешанное. Способы временной остановки наружного кровотечения. Оказание первой помощи при носовом кровотечении. Первая помощь при ушибах и переломах.

Транспортировка пострадавших в медицинское учреждение.

Способы транспортировки пострадавшего. Первая помощь в природных условиях. Народные средства первой помощи.

Средства для остановки кровотечения, от кашля, от воспаления.

Первая помощь при травматических повреждениях.

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

Иммобилизация при травме конечностей.

Первая помощь при солнечном и тепловом ударе.

Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге.

Психологическая поддержка пострадавшего.

Оказание первой помощи. Значение первой помощи при неотложных состояниях. Средства, рекомендуемые для оказания первой помощи.

Оказание первой помощи при травмах. 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. Действия по удалению инородного тела. Первая помощь при отсутствии сознания и остановке дыхания.

## **МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ»**

Безопасность в криминогенных ситуациях

Как избежать встречи с преступником.

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

Как избежать встречи с наркоторговцем.

Понятие «наркотизм». Противодействие наркотизму.

Безопасность в учебном и производственном процессах

Безопасность на уроках и переменах.

Безопасность на практических занятиях.

Защита прав потребителей в Российской Федерации

Права потребителя на безопасность товара.

Основные положения Федерального закона «О защите прав потребителей».

Защита прав потребителей при использовании приобретённого товара. Безопасность товара (работы, услуги). Информация о товарах (работах, услугах). От чего зависит уровень защищённости потребителя от опасного товара.

Защита прав потребителей при продаже товаров потребителям. Права потребителя при обнаружении в товаре недостатков. Замена товара ненадлежащего качества. Защита прав потребителей при выполнении работ (оказании услуг). Права потребителя при обнаружении недостатков выполненной работы (оказанной услуги).

## **МОДУЛЬ «ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА В ОБЕСПЕЧЕНИИ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ»**

Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от их последствий. Разновидности чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Аварии и катастрофы в современной промышленности и энергетике. Аварии на радиационно-опасных объектах и защита населения от их последствий. Понятие «радиационная защита». Источники облучения. Правила поведения при аварии на радиационно-опасном объекте. Меры

радиационной защиты населения. Аварии на химически опасных объектах и защита населения от их последствий. Источники химической опасности для населения. Правила поведения в зоне химической аварии. Правила поведения при движении по заражённой территории. Средства индивидуальной защиты населения от АХОВ. Аварии на взрывопожароопасных объектах и защита населения от их

последствий. Пожары и взрывы с тяжёлыми социальными и экономическими потерями. Четыре класса опасностей производственных объектов. Средства защиты населения. Как вести себя при взрыве. Аварии на гидротехнических сооружениях и защита населения от их последствий. Виды гидротехнических сооружений. Основные причины аварий на плотинах. Меры по защите населения. Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Сигнал «Внимание всем!». Общероссийская комплексная система информирования и оповещения населения в местах массового пребывания людей (ОКСИОН). Действия по сигналам гражданской обороны. Виды и способы эвакуации населения. 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. Инженерные сооружения для защиты населения.

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

Простейшие укрытия. Национальная безопасность Российской Федерации на современном этапе. Нормативно-правовая база Российской Федерации в области обеспечения безопасности личности, общества, государства.

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. Основные военные угрозы.

## **МОДУЛЬ «ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ»**

Антропогенное влияние на окружающую среду и безопасность

Источники загрязнения окружающей среды.

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

Правила безопасного поведения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.

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



## **МОДУЛЬ «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций

Гражданская оборона.

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. Деятельность МЧС России. Структура и основные задачи МЧС России. Основные функции МЧС России. Основные функции РСЧС. Структура единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Силы и средства РСЧС. Примерная тематика практических занятий. Разработка маршрута туристского похода. Ориентирование на местности (по карте, компасу, местным предметам, природным признакам). Сооружение жилища для автономного существования. Оказание первой помощи при травмах. Оказание первой помощи при кровотечениях. Оказание первой помощи при ожоге. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Оказание первой помощи при электротравме. Оказание помощи и самопомощи при инфекционных заболеваниях. Работа с типовыми приборами для контроля окружающей среды.

## Календарно-тематическое планирование

5 класс

(1 ч в неделю, всего 35 ч)

Дата	Тема	Домашнее задание
<b>Модуль</b> <b>«Культура безопасности жизнедеятельности в современных условиях»</b>		
Глава 1 Человек и его безопасность		
1	Опасности в жизни человека	стр6-10
2	Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях	стр10-14
3	Разновидности чрезвычайных ситуаций	стр14-21
<b>Модуль</b> <b>«Здоровье и как его сохранять»</b>		
Глава 2 Здоровье и факторы, влияющие на него		
4	Что такое здоровье и здоровый образ жизни	стр21-26
5	Как сохранить здоровье	стр26-39
6	Личная гигиена	стр39-43
7	Предупреждение вредных привычек	стр43-47
8	Основные правила здорового образа жизни	стр47-53
<b>Модуль</b> <b>«Безопасность на транспорте»</b>		
Глава 3 Безопасное поведение на дорогах и на транспорте		
9	Правила поведения для пешеходов	стр55-62
10	Правила поведения для пассажиров	стр62-67
11	Если вы водитель велосипеда	стр67-70
<b>Модуль</b> <b>«Безопасность в быту»</b>		
Глава 4 Безопасность вашего жилища		
12	Среда обитания человека	стр72-78
13	Службы, которые всегда приходят на помощь	стр79-81
14	Основные правила безопасности на улице	стр82-88
15	Безопасность дома	стр89-96
16	Безопасность в подъезде и на игровой площадке	стр97-103
17	Как вести себя при пожаре	стр104-111
<b>Модуль</b> <b>«Безопасность в социуме»</b>		
Глава 5		

<b>Безопасность в криминогенных ситуациях</b>			
18		Как избежать контактов со злоумышленниками и преступной средой	стр112-119
19		Советы на всю жизнь	стр120-124
<b>Модуль «Основы противодействия экстремизму и терроризму»</b>			
Глава 6 Экстремизм и терроризм-угрозы личности , обществу и государства			
20		Что такое экстремизм	стр125-129
21		Терроризм-крайняя форма экстремизма	стр130-142
22		Правила безопасного поведения при угрозе или совершения террористического акта	стр143-151
<b>Модуль «Безопасность в информационном пространстве»</b>			
Глава 7 Безопасность в информационной среде			
23		Что такое информационная среда	стр152-154
24		Безопасное использование информационных ресурсов	стр155-162
<b>Модуль «Безопасность в природной среде»</b>			
Глава 8 Безопасность в различных природных условиях и при стихийных бедствиях			
25		Как погодные условия могут влиять на безопасность человека	стр163-169
26		Безопасное поведение на водоемах при различных погодных условиях	стр170-178
27		Стихийные бедствия и их опасности	стр179-194
<b>Модуль «Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера»</b>			
Глава 9 Производственные аварии и их опасность для жизни, здоровья и благополучия человека			
28		Химические производства и связанные с ними опасности	стр195-200
29		Ядерные объекты и их опасности	стр201-204
30		Гидротехнические сооружения и их опасности	стр205-207
<b>Модуль «Основы медицинских знаний»</b>			
Глава 10 Первая помощь и правила ее оказания			
31		Основные правила оказания первой помощи	стр208-211
32		Первая помощь и взаимопомощь при ожоге	стр212-215
33		Первая помощь при отравлениях	стр216-219

34		Первая помощь при травмах	стр220-222
35		Первая помощь при чрезвычайных ситуациях	стр223-225

## Календарно-тематический план

### 6 КЛАСС

(1 ч в неделю, всего 35 ч, из них 4 ч — практические занятия)

№	дата	тема	Домашнее задание
<b>Модуль</b>			
<b>«Здоровье и как его сохранить»</b>			
Глава 1			
Здоровье и правила его сбережения			
1		Факторы, способствующие сбережению здоровья	стр 7-11
2		Факторы, разрушающие здоровье	стр12-17
3		Профилактика вредных привычек	стр18-25
4		Как избежать отрицательного воздействия окружающей среды на развитие здоровья человека	стр26-28
5		Правила личной гигиены при занятиях туризмом	стр29-32
6		Туризм как часть комплекса ГТО	стр33-35
<b>Модуль</b>			
<b>«Безопасность в природной среде»</b>			
Глава 2			
Безопасное поведение на природе			
7		Безопасное поведение в туристских походах.	стр36-41
8		Виды туристических походов.	стр42-46
9		Как ориентироваться на местности.	стр47-52
10		Подготовка к проведению туристского похода.	стр53-57
11		Приметы, по которым можно определить погоду.	стр58-60
12		Как развести костёр при разной погоде.	стр61-69
13		Если в лесу вас застигла гроза	стр70-71
<b>Модуль</b>			
<b>«Безопасность в природной среде»</b>			
Глава 3			
Правила безопасности в различных видах походов			

14		Советы на всю жизнь	стр72-80
15		Лыжные походы	стр81-84
16		Горные походы	стр85-88
17		Водные походы. Способы и средства самопомощи и взаимопомощи в водных походах	стр89-96
<b>Модуль «Безопасность в природной среде»</b>			
Глава 4 Безопасное поведение при автономном существовании			
18		8. Поведение человека в условиях автономного существования в природной среде.	стр97-100
19		Добровольная и вынужденная автономия человека в при- родной среде.	стр100-103
20		Организация ночлега при автономном существовании.	стр104-110
21		Как добыть питьё и пищу в условиях автономии.	стр111-113
22		Как подать сигналы бедствия	стр114-119
<b>Модуль «Безопасность в природной среде»</b>			
Глава 5 Опасные встречи в природных условиях			
23		Безопасность при встрече с дикими животными	стр120-125
24		Безопасность при встрече со змеей	стр126-127
25		Защита от комаров, мошки и других насекомых	стр128-133
26		Профилактика клещевого энцефалита	стр134-140
<b>Модуль «Основы медицинских знаний»</b>			
Глава 6 Первая помощь в природных условиях			
27		Народные средства первой помощи	стр141-142
28		Первая помощь при травматических повреждениях.	стр143-146
29		Первая помощь при солнечном и тепловом ударе.	стр147-149
30		Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге.	стр150-153
31		Психологическая поддержка пострадавшего	стр154-157
32		Практическое занятие. Оказание первой помощи при кровотечениях.	

33		Практическое занятие. Оказание первой помощи при ожоге.	
34		Практическое занятие. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Оказание первой помощи при электротравме	
35		Практическое занятие. Оказание помощи и самопомощи при инфекционных заболеваниях	

### Календарно-тематический план

7 класс

(1 ч в неделю, всего 35 ч)

№	дата	тема	Домашнее задание
<b>Модуль «Безопасность в социуме» (4 ч)</b>			
Глава 1 Как улучшить отношения с окружающими			
1		Стресс и стрессовые ситуации.	стр 7-10
2		Как снизить влияние стресса на поведение и общее состояние человека.	стр11-13
3		Конфликт — особенность общения.	стр14-19
4		Безопасность в социальных сетях	стр20-34
<b>Модуль «Безопасность в быту (аварийные ситуации, пожары)» (3 ч)</b>			
Глава 2 Безопасность в повседневной жизни (3 ч)			
5		Пожарная безопасность в помещениях.	стр35-42
6		Электробезопасность в повседневной жизни.	стр43-44
7		Средства бытовой химии	стр45-50
<b>Модуль «Безопасность на транспорте» (2 ч)</b>			
Глава 3 Безопасность в ситуациях, связанных с железнодорожным транспортом метрополитеном (2 ч)			
8		Ситуации, связанные с железнодорожным транспортом.	стр51-55
9		Безопасность в метрополитене	стр56-62
<b>Модуль «Безопасность в общественных местах» (2 ч)</b>			
Глава 4 Безопасность в криминогенных ситуациях (2 ч)			
10		Как избежать встречи с преступником.	стр63-72
11		Как избежать встречи с наркоторговцем	стр73-78

<b>Модуль</b>			
<b>«Основы противодействия экстремизму и терроризму»</b>			
Глава 5			
Терроризм — угроза обществу и каждому человеку (6 ч)			
12		Как государство борется с терроризмом.	стр79-84
13		Особенности современного терроризма.	стр85-88
14		Виды современной террористической деятельности.	стр89-91
15		Телефонные террористы.	стр92-94
16		Как не стать пособником террористов.	стр94-100
17		Формирование антитеррористического поведения	Стр 101-103
<b>Модуль</b>			
<b>«Безопасность в природной среде» (9 ч)</b>			
Глава 6			
Чрезвычайные ситуации природного характера (7 ч)			
18		Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.	стр 104-105
19		Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Землетрясение.	стр 108-118
20		Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Извержение вулканов. Оползни, обвалы.	стр 119-128
21		Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения	стр 130-137
22		Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения	стр 138-151
23		Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения	стр 153-158
24		Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического и гидрологического происхождения	стр 159-166
Глава 7			
Природные пожары			
25		Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары.	Стр 167-175
26		Защита населения от лесных и торфяных пожаров	стр 176-182
<b>Модуль</b>			
<b>«Здоровье и как его сохранить» (4 ч)</b>			
Глава 8			
Чрезвычайные ситуации биолого - социального происхождения (4 ч)			
27		Эпидемии.	стр 183-189
28		Эпизоотии.	Стр 190-191

29		Эпифитотии.	Стр 192-193
30		Защита населения от чрезвычайных ситуаций биологосоциального происхождения	стр 194-200
<b>Модуль</b>			
<b>«Основы медицинских знаний» (5 ч)</b>			
Глава 9			
Первая помощь и правила её оказания(5ч)			
31		Важность своевременного оказания первой помощи.	стр201
32		Первая помощь при электротравме.	
33		Первая помощь при кровотечениях.	
34		Первая помощь при ушибах и переломах.	
35		Транспортировка пострадавших в медицинское учреждение	