

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и молодежной политики

Свердловской области

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Полевского

муниципального округа Свердловской области

«Средняя общеобразовательная школа № 18»

РАССМОТРЕНО

Е.Ф.Григорьева, руководитель предметно-методической кафедры математики, информатики, естественно-научных дисциплин, труда (технологии), физической культуры, ОБиЗР
Протокол №1 от «27» августа 2025 г.

УТВЕРЖДЕНО

Т.Г.Тарасова, директор
МБОУ ПМО «Средняя общеобразовательная школа №18»
Приказ № 585-Д от «2830» августа 2025 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Учебного предмета

Культура безопасности жизнедеятельности

Предметно - методическая кафедра математики, информатики, естественно-научных дисциплин, технологии, физической культуры и ОБЗР

Уровень обучения: основное общее образование

Классы: 5-7

г. Полевской, 2025

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Культура безопасности жизнедеятельности» разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями);

- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 г. N 1897, с изменениями и дополнениями от 29.12.2014, 31.12.2015г.);

-Основная образовательная программа основного общего образования (принята на заседании педагогического совета пр.№ 1 от 31.08.2020, приказ от 31.08.2020 № -302-Д);

-Учебный план уровня основного общего образования (приказ от 31.08.2020 № 313-Д).

Рабочая программа учебного предмета «Культура безопасности жизнедеятельности» разработана на основе примерной программы Основы безопасности жизнедеятельности к линии УМК В. Н. Латчука. 5-9 классы: учебно- методическое пособие / авт. -сост. В. Н. Латчук, С. К. Миронов, С.Н. Вангородский, М.А. Ульянова. «Дрофа»

Порядковый номер учебника в Федеральном перечне	Автор/Авторский коллектив	Название учебника	Класс	Издатель учебника	Нормативный документ
1.2.7.2.2.1	Поляков В.В., Кузнецov M.I., Markov B.B. и dr.	Основы безопасности жизнедеятельности	5	ДРОФА	Федеральный перечень учебников, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 28 декабря 2018 г. N 345
1.2.7.2.2.2	Maslov A.G., Markov B.B., Latchuk V.N. и dr.	Основы безопасности жизнедеятельности	6	ДРОФА	
1.2.7.2.2.3	Vanгородский С.Н., Кузнецов М.И., Латчук В.Н. и dr.	Основы безопасности жизнедеятельности	7	ДРОФА	

Общая характеристика курса

Курс «Культура безопасности жизнедеятельности» представляет собой область научных знаний, охватывающую теорию и практику защиты человека от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера во всех сферах человеческой деятельности.

Структурно в 5 - 7 классах курс представлен двумя модулями (разделами):

- модуль 1 «Основы безопасности личности, общества и государства»;
- модуль 2 «Оказание первой помощи и здоровый образ жизни».

Цель программы: формирования у обучающихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих, приобретения знаний и умений в прогнозировании таких ситуаций и определения способов защиты от них, а также получение школьниками необходимых знаний и навыков по оказанию первой помощи и основам здорового образа жизни.

Задачи программы:

- освоение учащимися знаний о здоровом и разумном образе жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
- обучение школьников умению предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую помощь;
- развитие у обучаемых качеств личности, необходимых для ведения здорового и разумного образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- воспитание у учащихся культуры безопасности жизнедеятельности, чувства ответственности за личную и общественную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- формирование у школьников антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Место курса в плане внеурочной деятельности

Программа рассчитана на обучающихся 5-7 классов. Занятия проводятся один раз в неделю. Срок реализации программы 3 года.

Количество часов по годам обучения:

5 класс – 34 часа;

6 класс – 34 часа;

7 класс – 34 часа;

Планируемые результаты

ФГОС основного общего образования устанавливает требования к результатам освоения учебного предмета: личностным, метапредметным, предметным.

1. Личностные результаты:

1.1 Для 5 класса (1 год обучения)

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;

1.2 Для 6 класса (2 год обучения)

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования;

1.3 Для 7 класса (3 год обучения)

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования;

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

– формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

– освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;

2. Метапредметные результаты:

2.1 Для 5 класса (1 год обучения)

2.1.1 Коммуникативные

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

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

2.1.2 Регулятивные

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

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

2.1.3 Познавательные

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

2.2 Для 6 класса (2 год обучения)

2.2.1 Коммуникативные

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

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

2.2.2 Регулятивные

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

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

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;

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

2.2.3 Познавательные

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

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

2.3 Для 7 класса (3 год обучения)

2.3.1 Коммуникативные

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

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

2.3.2 Регулятивные

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

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

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;

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

2.3.3 Познавательные

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

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

- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

3. Предметные результаты:

Тематический блок/модуль	Планируемые предметные результаты	
	Выпускник научится	Выпускник получит возможность научиться
5 класс (1 год обучения)		

<i>Тематический блок/модуль</i>	<i>Планируемые предметные результаты</i>	
	<i>Выпускник научится</i>	<i>Выпускник получит возможность научиться</i>
Основы безопасности личности, общества и государства	<ul style="list-style-type: none"> • классифицировать и описывать потенциально опасные бытовые ситуации и объекты экономики, расположенные в районе проживания; чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, наиболее вероятные для региона проживания • анализировать и характеризовать причины возникновения различных опасных ситуаций в повседневной жизни и их последствия, в том числе возможные причины и последствия пожаров, дорожно-транспортных происшествий (ДТП), загрязнения окружающей природной среды, чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера • выявлять и характеризовать роль и влияние человеческого фактора в возникновении опасных ситуаций, обосновывать необходимость повышения уровня культуры безопасности жизнедеятельности населения страны в современных условиях • формировать модель личного безопасного поведения по соблюдению правил пожарной безопасности в повседневной жизни; по поведению на дорогах в качестве пешехода, пассажира и водителя велосипеда, по минимизации отрицательного влияния на здоровье неблагоприятной окружающей среды • руководствоваться рекомендациями специалистов в области безопасности по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера • негативно относиться к любым видам террористической и экстремистской деятельности • характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьёзную угрозу личности, обществу и национальной безопасности России • воспитывать у себя личные убеждения и качества, которые способствуют 	<ul style="list-style-type: none"> • проектировать план по повышению индивидуального уровня культуры безопасности жизнедеятельности • формировать личные убеждения, способствующие профилактике вовлечения в террористическую деятельность • формировать индивидуальные качества, способствующие противодействию экстремизму и терроризму

<i>Тематический блок/модуль</i>	<i>Планируемые предметные результаты</i>	
	<i>Выпускник научится</i>	<i>Выпускник получит возможность научиться</i>
	формированию антитеррористического поведения;	
Оказание первой помощи и здоровый образ жизни	<ul style="list-style-type: none"> • характеризовать здоровый образ жизни и его основные составляющие как индивидуальную систему поведения человека в повседневной жизни, обеспечивающую совершенствование его духовных и физических качеств; • анализировать состояние личного здоровья и принимать меры по его сохранению, соблюдать нормы и правила здорового образа жизни для сохранения и укрепления личного здоровья • классифицировать знания об основных факторах, разрушающих здоровье • характеризовать факторы, потенциально опасные для здоровья и их возможные последствия 	<ul style="list-style-type: none"> • использовать знания о здоровом образе жизни, социальных нормах и законодательстве для выработки осознанного негативного отношения к любым видам нарушений общественного порядка, употреблению алкоголя и наркотиков, а также к любым видам экстремистской и террористической деятельности • использовать здоровьесберегающие технологии (совокупность методов и процессов) для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, в том числе его духовной, физической и социальной составляющих • готовить и проводить занятия по обучению правилам оказания само- и взаимопомощи при отравлении угарным газом и никотином
6 класс (2 год обучения)		
Основы безопасности личности, общества и государства	<ul style="list-style-type: none"> • добывать и поддерживать огонь в автономных условиях • добывать и очищать воду в автономных условиях • добывать и готовить пищу в автономных условиях • сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях • подавать сигналы бедствия и отвечать на них 	<ul style="list-style-type: none"> • классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах • готовиться к туристическим поездкам • адекватно оценивать ситуации и безопасно вести в туристических поездках • прогнозировать возможность возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций по их характерным признакам • разрабатывать личный план по охране окружающей природной среды в местах проживания; план самостоятельной подготовки к активному отдыху на

<i>Тематический блок/модуль</i>	<i>Планируемые предметные результаты</i>	
	<i>Выпускник научится</i>	<i>Выпускник получит возможность научиться</i>
		природе и обеспечению безопасности отдыха;
Оказание первой помощи и здоровый образ жизни	<ul style="list-style-type: none"> • характеризовать здоровый образ жизни и его основные составляющие как индивидуальную систему поведения человека в повседневной жизни, обеспечивающую совершенствование его духовных и физических качеств; использовать знания о здоровье и здоровом образе жизни как средство физического совершенствования • анализировать состояние личного здоровья и принимать меры по его сохранению, соблюдать нормы и правила здорового образа жизни для сохранения и укрепления личного здоровья • анализировать возможные последствия неотложных состояний в случаях, если не будет своевременно оказана первая помощь • характеризовать предназначение первой помощи пострадавшим; классифицировать средства, используемые при оказании первой помощи; определять последовательность оказания первой помощи и различать её средства в конкретных ситуациях. 	<ul style="list-style-type: none"> • использовать здоровьесберегающие технологии (совокупность методов и процессов) для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, в том числе его духовной, физической и социальной составляющих • готовить и проводить занятия по обучению правилам оказания само- и взаимопомощи при наиболее часто встречающихся в природных условиях повреждениях и травмах

7 класс (3 год обучения)

Основы безопасности личности, общества и государства	<ul style="list-style-type: none"> • различать различные природные явления, которые оказывают влияние на безопасность жизнедеятельности человека • характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества, государства • предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера • классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера 	<ul style="list-style-type: none"> • принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей; • освоить приемы действий в опасных ситуациях природного характера • составлять алгоритм своего поведения во время чрезвычайных ситуаций природного характера
--	---	--

<i>Тематический блок/модуль</i>	<i>Планируемые предметные результаты</i>	
	<i>Выпускник научится</i>	<i>Выпускник получит возможность научиться</i>
	<ul style="list-style-type: none"> • анализировать причины возникновения причины возникновения природных явлений • моделировать выполнение правил безопасного поведения при чрезвычайных ситуациях природного характера • вырабатывать привычки, способствующие профилактике вовлечения в террористическую деятельность 	<ul style="list-style-type: none"> • анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма • предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую деятельность
Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи	<ul style="list-style-type: none"> • отрабатывать приемы оказания первой помощи 	<ul style="list-style-type: none"> • оказывать первую помощь при неотложных состояниях
Основы здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none"> • анализировать состояние своего тела • вырабатывать индивидуальную систему здорового образа жизни 	<ul style="list-style-type: none"> • анализировать влияние вредных привычек и факторов на состояние своего здоровья

Содержание учебного курса

5 класс (1 год обучения)

Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства

Раздел: Личная безопасность в повседневной жизни

Особенности города как среды обитания человека. Источники и зоны повышенной опасности в современном городе: городской и общественный транспорт, улицы и дороги, здания и сооружения, подземные коммуникации, строительные площадки, уличное электричество, промышленные предприятия. Правила безопасного поведения в опасных ситуациях.

Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта). Различные службы помощи: полиция, пожарная охрана, «скорая помощь», служба спасения, коммунальные и другие службы. Правила вызова служб безопасности. Государственные, муниципальные (городские) и районные службы обеспечения безопасности.

Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире). Характеристика городского и сельского жилища. Особенности жизнеобеспечения современного дома, квартиры (водоснабжение, отопление, электроснабжение, канализация). Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные аварийные и опасные ситуации в жилище.

Пожар. Опасные факторы пожара, их воздействие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых помещениях. Меры пожарной безопасности в быту. Чего не следует делать при пожаре в квартире (доме). Правила безопасного поведения при пожаре в многоквартирном доме. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру. Что делать, если в комнате загорелся телевизор. Способы эвакуации из горящего здания. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.

Затопление квартиры. Причины затопления и его возможные последствия. Меры по предотвращению затопления. Правила поведения при затоплении жилища.

Электричество. Основные виды электрических и электронных приборов, используемых в быту. Правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами; опасности, возникающие при нарушении этих правил. Меры по предотвращению поражения электрическим током.

Опасные вещества и продукты питания. Причины, последствия и меры по предотвращению отравления бытовым газом. Правила пользования газовыми приборами. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире, доме. Правила безопасности при употреблении лекарств и пользовании медицинскими приборами; последствия их нарушения. Правила безопасности при пользовании средствами бытовой химии; опасности, возникающие при нарушении этих правил. Правила хранения опасных веществ и средств бытовой химии. Причины отравления продуктами питания и меры профилактики. Действия при первых признаках отравления.

Взрыв и обрушение дома. Причины и последствия взрыва. Правила безопасного поведения в случае взрыва в квартире.

Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи). Что делать, если в квартире захлопнулась дверь, сломался замок. Правила безопасного поведения в случае потери ключей.

Опасность толпы. Чем опасны толпа и паника. Как уцелеть в толпе. Как обезопасить себя при возможности попадания в толпу.

Собака бывает кусачей. Правила безопасного поведения при встрече с собакой (на улице, в подъезде). Как действовать при нападении собаки и в случае укуса.

Раздел: Безопасность на дорогах и на транспорте

Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий. Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и ее составные части. Основные причины дорожно-транспортных происшествий. Средства безопасности на дороге.

Безопасное поведение пешеходов и пассажиров. Правила безопасного поведения пешеходов на дороге. Правила перехода проезжей части. Правила безопасного поведения пассажиров городского общественного транспорта (автобуса, троллейбуса, трамвая), легкового автомобиля, мотоцикла.

Безопасность в общественном транспорте и автомобиле. Особенности видов городского общественного транспорта и характеристика основных типов аварийных ситуаций на них. Правила безопасного поведения в автобусе (в случае аварии), троллейбусе и трамвае (при нахождении под током). Зоны опасности в метрополитене, их характеристика. Причины опасных и аварийных ситуаций в метрополитене. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных ситуациях (остановке в туннеле, падении на пути и т. п.). Правила безопасного поведения пассажира автомобиля во время поездки, при неизбежном столкновении.

Железнодорожный транспорт. Характеристика железнодорожного транспорта. Опасные зоны железнодорожного транспорта. Правила поведения на железнодорожном транспорте (во время ожидания и движения поезда). Правила безопасного поведения пассажиров при крушении поезда; при авариях, связанных со столкновениями и экстренными торможениями; при пожаре в поезде.

Авиационный транспорт. Характеристика авиационного транспорта, обеспечение его безопасности. Правила безопасного поведения на авиационном транспорте. Правила безопасного поведения авиапассажиров при вынужденной посадке, при разгерметизации салона, при пожаре в самолете, при аварийной посадке на воду.

Морской и речной транспорт. Характеристика водного транспорта, обеспечение его безопасности. Правила эвакуации с судна. Индивидуальные и групповые средства спасения на водном транспорте. Правила посадки на спасательное средство (шлюпку, надувной плот). Правила пользования спасательным жилетом. Что делать, если человек упал за борт судна.

Раздел: Опасные ситуации социального характера

Психологические основы самозащиты. Язык жестов, уверенность и спокойствие как способ самозащиты. Настой на самозащиту. Действия в опасных ситуациях: что нужно делать, а чего не следует.

Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде. Меры по повышению безопасности жилища. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенной ситуации в доме (квартире): звонок в дверь; дверь пытаются открыть (взломать); когда вы вернулись домой, дверь открыта. Подъезд и лифт как зоны криминогенной опасности; способы ее избежать. Правила безопасного поведения в случае нападения в подъезде или лифте.

Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства. Общие сведения о зонах криминогенной опасности: безлюдные окраины города (населенного пункта); глухие зоны парков и скверов; места массового скопления людей и т. д. Безопасное поведение с незнакомыми взрослыми и подростками. Меры предосторожности.

Как избежать опасных домогательств. Что считается домогательством. Правила безопасного поведения во избежание домогательств. Как вести себя, если что-либо подобное произошло. Кто может помочь в такой ситуации (родители, служба психологической помощи и т. п.).

Правила поведения при захвате в заложники. Понятие о заложнике. Возможные места и причины (террористическая акция, выкуп) захвата. Меры по предотвращению захвата в заложники. Правила безопасного поведения при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.

Раздел: Загрязнение среды обитания

Загрязнение воды. Роль воды на Земле (в природе, промышленности, быту). Неоправданный расход воды. Причины и последствия загрязнения воды. Способы очистки воды в домашних условиях.

Загрязнение воздуха. Изменения в атмосфере и состав воздуха. Причины и последствия загрязнения воздуха (кислотные дожди, потеря здоровья). Меры по улучшению экологической обстановки в городе. Что нужно делать, чтобы дышать чистым воздухом.

Загрязнение почвы. Понятие об опустынивании. Причины и последствия опустынивания. Накопление в почве вредных веществ.

Раздел: Средства индивидуальной защиты органов дыхания

Фильтрующие противогазы. Назначение фильтрующих гражданских противогазов. Модели гражданских противогазов (ГП-7, ГП-7В, ПДФ-2Ш). Составные части противогаза. Определение размера противогаза и подготовка его к эксплуатации.

Пользование противогазом. Ношение, проверка, надевание, снятие. Положения противогаза («походное», «наготове», «боевое»); перевод в «боевое» положение.

Модуль: Оказание первой помощи и здоровый образ жизни

Раздел: Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Виды ранений, их причины и первая помощь. Причины ранений. Понятие о ране. Общие признаки ранений. Виды ран по размеру, глубине, характеру кровотечения и т. д. Признаки закрытых повреждений. Правила оказания первой помощи при различных видах ран.

Общая характеристика кровотечений. Наружное и внутреннее кровотечения. Виды кровотечений по характеру поврежденного сосуда (венозное, артериальное, смешанное, капиллярное).

Первая помощь при кровотечении. Основные способы временной остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки. Правила применения индивидуального перевязочного пакета. Остановка кровотечения максимальным сгибанием, приятием конечности приподнятоого положения. Первая помощь при кровотечении из носа.

Раздел: Основы здорового образа жизни

Движение и здоровье. Благоприятное воздействие движения на организм человека. Развитие опорно-двигательного аппарата. Негативное воздействие недостатка и избытка движения на здоровье человека.

Нарушения осанки и причины их возникновения. Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика нарушений осанки.

Телевизор и компьютер — друзья или враги? Влияние компьютера и телевизора на здоровье детей. Правила безопасности при просмотре телевизионных передач. Меры по предотвращению негативных последствий при работе на персональном компьютере.

Развитие и изменение организма в вашем возрасте. Развитие человеческого организма. Характеристика некоторых факторов, которые влияют на рост и вес подростков. Интенсивное развитие в период полового созревания (работа сальных и потовых желез).

Физическое и нравственное взросление человека. Почему важно заботиться о здоровье в подростковом возрасте. Состояние влюбленности; в чем она может проявляться. Как реагировать на ее проявления.

6 класс (2 год обучения)

Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства

Раздел: Экстремальные ситуации в природных условиях

Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях. Понятие об опасной и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе (смена климато-географических условий, резкое изменение природных условий, требующие экстренной медицинской помощи заболевания или повреждения, вынужденное автономное существование) и их причины. Наиболее распространенные случаи вынужденного автономного существования: потеря ориентировки на местности, отставание от группы, авария транспортного средства в малонаселенной местности. Понятие о выживании.

Факторы и стрессоры выживания в природных условиях. Причины, влияющие на поведение человека, — факторы выживания. Группы факторов выживания: личностные, природные, материальные, постприродные. Понятие о стрессорах выживания. Различные стрессоры и способы их побороть.

Психологические основы выживания в природных условиях. Свойства человеческой психики, помогающие выживать. Как развивать в себе полезные способности и черты (внимание и наблюдательность, ощущение и восприятие, память и мышление, установку на выживание). Как воспользоваться ими в условиях вынужденного автономного существования.

Страх — главный психологический враг. Страх и его негативное влияние на человека в опасной ситуации. Паника и оцепенение как опасные состояния. Способы побороть страх. Как работа над собой повышает шансы выжить в экстремальных ситуациях. Систематическое воспитание воли.

Подготовка к походу и поведение в природных условиях. Основные способы избежать экстремальных ситуаций в природных условиях. Подготовка к походу: обеспечение безопасности, распределение обязанностей, продуктов и снаряжения, выбор маршрута. Правила безопасного поведения на природе: соблюдение дисциплины, передвижение группой, внимательность, бережное отношение к природе, соблюдение границ полигона, поиск и запоминание ориентиров.

Надежные одежда и обувь — важное условие безопасности. Требования к одежде и обуви. Правила ухода за одеждой и обувью (проветривание и просушивание) в походе. Особенности подготовки к походу в зимнее время.

Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях. Основные правила поведения в экстремальной ситуации. Правила поведения в случае аварии самолета или автомобиля, при стихийном бедствии. Принятие решения двигаться к населенному пункту или оставаться на месте. Правила безопасного поведения: оборудование аварийного лагеря, назначение командира, распределение обязанностей, предотвращение конфликтов.

Действия при потере ориентировки. Основные правила поведения в случае, когда человек заблудился. Как вспомнить пройденный путь, оценить расстояние до источников звука и света, воспользоваться маркировкой маршрутов. Чего нельзя делать, если вы заблудились. Определение направления по встреченным дорогам и тропам, ручьям и рекам. Выход к населенному пункту в зимнее время по лыжне. Определение направления выхода при отставании в походе от группы.

Способы ориентирования и определение направления движения. Ориентирование по компасу, по собственной тени, по звездам, по часам. Ориентирование по местным признакам: таянию снега, густоте травы, влажности земли, строению муравейника, расположению мхов и т. д. Движение по азимуту с использованием двух ориентиров,

Техника движения в природных условиях. Правила безопасного движения по склонам холмов и гор, вдоль ручья. Способы переправы через реку. Особенности передвижения в зимнее время: по снегу, руслам замерзших рек, по льду. Преодоление заболоченных участков.

Сооружение временного жилища, добывание и использование огня. Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища. Виды и способы сооружения временного жилища в летнее и зимнее время (шалаш, навес, иглу). Особенности укрытий в горах. Выбор места и правила разведения костра (в том числе в ненастную погоду и зимнее время). Соблюдение мер пожарной безопасности. Виды костров и их назначение. Способы разжигания и сохранения огня.

Обеспечение питанием и водой. Чувство голода и обеспечение питанием из резервов природы. Обеспечение водой из водоемов, снега, льда. Способы добывания воды, ее очистка и обеззараживание в условиях вынужденного автономного существования.

Поиск и приготовление пищи. Кипячение воды и приготовление растительной пищи при отсутствии посуды. Способы приготовления на костре корней и клубней, рыбы, мелких животных. Основные правила рыбаки.

Особенности лыжных, водных и велосипедных походов. Подготовка к лыжным походам: тренировки, выбор одежды и обуви, группового снаряжения. Правила безопасного поведения в водном походе. Подготовка к велосипедному походу, основные правила безопасности.

Безопасность на водоемах. Виды опасности на воде. Правила безопасного поведения на зимних водоемах (при передвижении по льду). Правила безопасного поведения на водоемах летом (при купании).

Сигналы бедствия. Способы подачи сигналов бедствия. Специальные знаки международной кодовой таблицы символов. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств.

Раздел: Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме

Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме. Понятие о дальнем и международном туризме. Факторы, влияющие на его безопасность (заболевания, травматизм, стихийные бедствия, политическая ситуация в стране пребывания и др.).

Акклиматизация в различных природно-климатических условиях. Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Рекомендации по адаптации к смене часовых поясов и климата. Акклиматизация в условиях жаркого климата, горной местности, Севера.

Раздел: Безопасность в чрезвычайных ситуациях

Коллективные и индивидуальные средства защиты. Устройство убежища, порядок его заполнения и правила поведения в нем. Что запрещено при нахождении в убежище. Как пользоваться поврежденным противогазом. Замена поврежденного противогаза на исправный в условиях зараженного воздуха.

Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств. Правила безопасного поведения при захвате. Порядок действий во время операции по освобождению заложников.

Взрывы в местах массового скопления людей. Места массового скопления людей. Проявление бдительности как мера предотвращения терактов. Признаки установки взрывного устройства. Правила безопасного поведения при непосредственной угрозе взрыва и после него.

Модуль: Оказание первой помощи и здоровый образ жизни

Раздел: Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Средства оказания первой помощи. Аптечка первой помощи (походная). Комплектование походной аптечки лекарственными средствами и средствами оказания первой помощи. Использование лекарственных растений для оказания первой помощи.

Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей. Укусы насекомых и их последствия для организма человека. Оказание первой помощи при укусах ядовитого насекомого. Как уберечься от укуса клеща и вызываемого им энцефалита. Признаки укуса ядовитой змеи и правила оказания первой помощи укушенному. Меры предосторожности от укусов ядовитых змей.

Первая помощь при ожогах. Термический ожог. Степени ожогов и их признаки. Первая помощь при ожогах кожи. Солнечный ожог, его признаки и первая помощь при нем.

Тепловой и солнечный удар. Понятие о тепловом и солнечном ударе. Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Меры предупреждения их наступления.

Обморожения и общее охлаждение организма. Понятие об обморожении. Степени обморожения и их признаки. Оказание первой помощи при общем охлаждении и обморожении.

Беда на воде. Причины бедствий на воде. Признаки утопления. Оказание первой помощи при утоплении.

Закрытые травмы. Понятие о травме. Виды закрытых травм (ушиб, растяжение, разрыв, вывих, перелом, сдавление). Причины, вызывающие каждый вид травмы, признаки травм и оказание первой помощи.

Способы переноски пострадавших. Способы переноски (на шесте, носилках, в рюкзаке и др.). Изготовление переносных приспособлений.

Раздел: Основы здорового образа жизни

Правильное питание — основа здорового образа жизни. Обмен веществ и энергии как основная функция организма человека. Калорийность продуктов питания. Суточная потребность человека в калориях. Соотношение расхода энергии к потребляемым калориям, избыток и недостаток их в рационе. Сбалансированное питание.

Значение белков, жиров и углеводов в питании человека. Белки, жиры и углеводы, их функция и содержащие их продукты. Витамины и их роль в развитии человека. Основные источники витаминов и минеральных веществ. Потребность подростка в воде.

Гигиена и культура питания. Основные гигиенические требования к питанию. Режим питания. Важность соблюдения культуры питания и основные правила этикета.

Особенности подросткового возраста. Развитие и изменение организма в подростковом возрасте. Изменение поведения. Как отстаивать свою точку зрения. Взаимоотношения с родителями.

7 класс (3 год обучения)

Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства

Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация. Понятие об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Опасные природные явления, характерные для нашей страны.

Раздел: Землетрясения

Происхождение и классификация землетрясений. Понятие о землетрясении. Сейсмические пояса и сейсмически активные районы. Понятие об очаге и эпицентре землетрясения. Причины возникновения землетрясений и их последствия. Классификация землетрясений по происхождению. Отслеживание землетрясений с помощью сейсмографа.

Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь. Понятие о магнитуде и интенсивности землетрясений. Оценка землетрясений по шкале Рихтера и шкале Мерекали. Типичные проявления землетрясений и уровень разрушений при различных величинах магнитуды и интенсивности. Типичные последствия землетрясений, их характеристика. Меры по снижению ущерба от землетрясений.

Правила безопасного поведения при землетрясениях. Основные причины несчастных случаев при землетрясениях. Меры по предотвращению повреждений или уменьшению их тяжести. Признаки приближающегося землетрясения. Действия при заглавовременном оповещении о

землетрясении, во время него и после: на улице, в школе, в доме (квартире). Правила безопасного поведения в случае попадания в завал.

Раздел: Вулканы

Общее понятие о вулканах. Понятие о вулкане. Сейсмоактивные пояса. Процесс извержения вулкана. Строение вулкана. Понятие о магме, гейзере, фумаролах. Различные состояния лавы при извержении. Палящие тучи.

Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов. Опасные явления, связанные с извержениями вулканов. Признаки приближающегося извержения. Способы уменьшения опасного воздействия лавовых потоков. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана и во время него.

Раздел: Оползни, сели, обвалы и снежные лавины

Оползни. Из истории оползней. Понятие об оползне. Природные и антропогенные факторы, влияющие на образование оползней. Классификация оползней по масштабу, месту образования и мощности. Причины образования оползней.

Сели (селевые потоки). Из истории селей. Понятие о селе. Причины образования селей, их характерные особенности и места возникновения. Классификация селей по составу селеобразующих пород, мощности и высоте истоков. Теплая и холодная зона селеопасных горных районов на территории России.

Обвалы. Из истории обвалов. Понятие об обвале. Причины, вызывающие обвалы. Классификация обвалов по мощности и масштабу. Разновидности обвалов и их характеристика.

Снежные лавины. Из истории лавин. Понятие о лавине. Характерные особенности лавин, места и причины их возникновения. Помощь поисковых собак в обнаружении засыпанных снегом людей.

Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин. Основные поражающие факторы оползней, селей, обвалов и лавин, наносимый ими ущерб. Меры по предупреждению этих явлений и снижению потерь от них. Правила безопасности для населения, проживающего в опасных районах.

Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала, лавины и во время него. Действия, способствующие безопасному выходу из зоны стихийного бедствия.

Раздел: Ураганы, бури, смерчи

Происхождение ураганов, бурь и смерчей. Шкала Бофорта и измерение скорости воздушных масс. Происхождение ураганов, бурь, смерчей, причины их возникновения. Понятие о циклонах и их характеристика. Области зарождения тропических циклонов.

Классификация ураганов, бурь и смерчей. Понятие об урагане. Классификация ураганов по скорости ветра. Происхождение ураганов и причиняемые ими разрушения. Понятие о буре. Классификация бурь в зависимости от окраски и состава частиц и скорости ветра. Понятие о смерче. Классификация смерчей по происхождению, строению, времени действия и охвату пространства.

Последствия ураганов, бурь и смерчей, и меры по уменьшению ущерба от них. Основные поражающие факторы ураганов, бурь и смерчей и наносимый ими ущерб. Меры по снижению потерь от ураганов, бурь, смерчей.

Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей. Действия при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча. Подходящие укрытия. Правила безопасного поведения во время урагана, бури, смерча и после них.

Раздел: Наводнения

Виды наводнений. Классификация наводнений по масштабу, повторяемости и наносимому ущербу. Виды наводнений по причинам возникновения и их характеристика.

Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них. Основные поражающие факторы наводнений и наносимый ими ущерб. Радикальные средства защиты и оперативные предупредительные меры по снижению потерь от наводнений.

Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнении. Действия в случае внезапного наводнения и правила самоэвакуации. Правила безопасного поведения после наводнения.

Раздел: Цунами

Причины и классификация цунами. Понятие о цунами. Классификация цунами по причинам возникновения и интенсивности.

Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них. Основные поражающие факторы цунами и последствия их воздействия. Предупредительные меры по снижению потерь среди населения. Признаки приближения цунами. Меры по уменьшению ущерба от цунами.

Правила безопасного поведения при цунами. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами. Рекомендуемые и запрещенные действия в случае внезапного прихода цунами. Действия при попадании в волну цунами.

Раздел: Природные пожары

Причины природных пожаров и их классификация. Понятие о лесном пожаре. Основные причины возникновения лесных пожаров. Классификация лесных пожаров по площади. Виды пожаров по характеру распространения и силе, их характеристика.

Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение. Основные поражающие факторы природных пожаров и последствия их воздействия. Способы тушения природных пожаров. Меры по предупреждению природных пожаров. Запрещенные действия в лесу в пожароопасный сезон.

Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожара и при его тушении. Правила безопасного поведения при нахождении в зоне лесного пожара или около нее. Правила безопасного тушения небольшого пожара в лесу.

Раздел: Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений

Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии. Понятие об эпидемии, эпизоотии и эпифитотии. Инфекционные заболевания, приводящие к массовому поражению людей, животных и растений.

Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений. Понятие о вакцинации. Наиболее важные меры предупреждения инфекционных болезней. Общие правила личной гигиены. Меры по защите сельскохозяйственных растений от инфекционных заболеваний.

Раздел: Психологические основы выживания в чрезвычайных условиях природного характера

Человек и стихия. Свойства мышления, необходимые для оценки чрезвычайной ситуации. Повышение психологической подготовленности. Необходимые знания, позволяющие успешно противостоять стихийному бедствию.

Характер и темперамент. Понятие о темпераменте. Типы темперамента и их характеристика. Понятие о характере. Влияние темперамента и характера на действия в чрезвычайной ситуации.

Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии. Особенности психологических процессов во время стихийных бедствий. Негативное влияние внезапного стихийного бедствия на психику неподготовленного человека. Рекомендации по психологической подготовке к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природного характера.

Модуль: Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи

Раздел: Наложение повязок и помощь при переломах

Правила наложения повязок. Разновидности повязок и их характеристика. Индивидуальный пакет первой помощи. Общие правила наложения повязок. Приемы наложения повязок на нижние и верхние конечности, грудь.

Первая помощь при переломах, переноска пострадавших. Понятие о переломе. Виды и характеристика переломов, первая помощь при травме кости. Способы наложения шин. Принципы и способы транспортировки пострадавших. Порядок применения способов транспортировки пострадавших в зависимости от места перелома.

Модуль: Основы здорового образа жизни

Раздел: Режим учёбы и отдыха подростка

Режим- необходимое условие здорового образа жизни. Понятие о режиме. Формирование навыков здорового образа жизни. Умственная и физическая работоспособность. Утомление и переутомление, их причины, признаки и последствия для здоровья человека.

Профилактика переутомления и содержание режима дня. Понятия о режиме дня и бюджете времени. Влияние труда и отдыха на здоровье человека. Активный отдых, сон и рациональное питание. Трудовая деятельность школьников. Основные принципы и содержание режима дня подростков. Рекомендации по повышению эффективности самоподготовки.

Тематическое планирование 5 класс (1 год обучения)

№ п/п	Название раздела (блока)	Кол-во часов на изучение	Из них кол-во часов, отведенных на практическую часть и контроль
----------	-----------------------------	-----------------------------	--

		раздела (блока)	лабор. раб.	практ. раб.	сочинен.	контр. раб.
Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства						
1	Личная безопасность в повседневной жизни	11				
2	Безопасность на дорогах и на транспорте	7				
3	Опасные ситуации социального характера	4				
4	Загрязнение среды обитания	3				
5	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	2				
Модуль: Оказание первой помощи и здоровый образ жизни						
6	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	3				
7	Основы здорового образа жизни	4				
	Итого	34				

**Тематическое планирование
6 класс (2 год обучения)**

№ п/п	Название раздела (блока)	Кол-во часов на изучение раздела (блока)	Из них кол-во часов, отведенных на практическую часть и контроль			
			лабор. раб.	практ. раб.	сочинен.	контр. раб.
Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства						
1	Экстремальные ситуации в природных условиях	18				
2	Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме	2				
3	Безопасность в чрезвычайных ситуациях	3				
Модуль: Оказание первой помощи и здоровый образ жизни						
4	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	8				
5	Основы здорового образа жизни	3				
	Итого	34				

**Тематическое планирование
7 класс (3 год обучения)**

№ п/п	Название раздела (блока)	Кол-во часов на изучение раздела (блока)	Из них кол-во часов, отведенных на практическую часть и контроль			
			лабор. раб.	практ. раб.	сочинен.	контр. раб.
Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства						
1	Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация.	1				
2	Землетрясения	3				
3	Вулканы	2				
4	Обвалы, оползни и сели	6				
5	Ураганы, бури, смерчи	4				
6	Наводнения	3				
7	Цунами	3				
8	Природные пожары	3				
9	Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений	2				
10	Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера	3				
Модуль: Основы медицинских знаний и правила оказание первой медицинской помощи						
11	Наложение повязок и помощь при переломах	3				
Модуль: Основы здорового образа жизни						
12	Режим учёбы и отдыха подростка	1				
	Итого	34				

Календарно-тематическое планирование

5 класс (1 год обучения)

№ урока	Количество часов	Тема урока	Дата проведения		Причина корректировки			
			по плану	по факту				
Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства								
Раздел: Личная безопасность в повседневной жизни								
1	1	Особенности города как среды обитания человека.	02.09.25					
2	1	Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).	09.09.25					
3	1	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).	16.09.25					
4	1	Пожар.	23.09.25					
5	1	Затопление квартиры.	30.09.25					
6	1	Электричество.	14.10.25					
7	1	Опасные вещества и продукты питания.	21.10.25					
8	1	Взрыв и обрушение дома.	28.10.25					
9	1	Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи).	11.11.25					
10	1	Опасность толпы.	18.11.25					
11	1	Действия при нападении собаки.	25.11.25					
Раздел: Безопасность на дорогах и на транспорте								
12	1	Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.	02.12.25					
13	1	Безопасное поведение пешеходов и пассажиров.	09.12.25					
14	1	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.	16.12.25					

15	1	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.	23.12.25		
16	1	Железнодорожный транспорт.	30.12.25		
17	1	Авиационный транспорт.	13.01.26		
18	1	Морской и речной транспорт.	20.01.26		
Раздел: Опасные ситуации социального характера					
19	1	Психологические основы самозащиты от злоумышленников.	27.01.26		
20	1	Ситуации криминогенного характера в доме (в квартире) и подъезде.	03.02.26		
21	1	Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.	10.02.26		
22	1	Правила поведения при захвате в заложники.	17.02.26		
Раздел: Загрязнение среды обитания					
23	1	Загрязнение воды.	24.02.26		
24	1	Загрязнение воздуха.	03.03.26		
25	1	Загрязнение почвы.	10.03.26		
Раздел: Средства индивидуальной защиты органов дыхания					
26	1	Фильтрующие противогазы.	17.03.26		
27	1	Пользование противогазом.	24.03.26		
Модуль: Оказание первой помощи и здоровый образ жизни					
Раздел: Основы медицинских знаний и оказание первой помощи					
28	1	Виды ранений, их причины и первая помощь.	07.04.26		
29	1	Общая характеристика кровотечений.	14.04.26		
30	1	Первая помощь при кровотечении.	21.04.26		
Раздел: Основы здорового образа жизни					
31	1	Движение и здоровье.	28.04.26		
32	1	Нарушения осанки и причины их возникновения.	05.05.26		
33	1	Телевизор и компьютер – друзья или враги?	12.05.26		
34	1	Развитие и изменение организма в вашем возрасте.	19.05.26		

Календарно-тематическое планирование

6 класс (2 год обучения)

№ урока	Количество часов	Тема урока	Дата проведения		Причина корректировки			
			по плану	по факту				
Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства								
Раздел: Экстремальные ситуации в природных условиях								
1	1	Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях.	02.09.25					
2	1	Факторы и стрессоры выживания в природных условиях.	09.09.25					
3	1	Психологические основы выживания в природных условиях.	16.09.25					
4	1	Страх – главный психологический враг.	23.09.25					
5	1	Подготовка к походу и поведение в природных условиях.	30.09.25					
6	1	Надежные одежда и обувь – важные условия безопасности.	14.10.25					
7	1	Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях.	21.10.25					
8	1	Действия при потере ориентировки.	28.10.25					
9	1	Способы ориентирования и определение направления движения.	11.11.25					
10	1	Топографические знаки и карты.	18.11.25					
11	1	Техника движения в природных условиях.	25.11.25					
12	1	Сооружение временного жилища	02.12.25					
13	1	Добывание и использование огня.	09.12.25					
14	1	Обеспечение питанием и водой.	16.12.25					
15	1	Поиск и приготовление пищи.	23.12.25					
16	1	Особенности лыжных, водных, и велосипедных походов.	30.12.25					
17	1	Безопасность на водоёмах.	13.01.26					
18	1	Сигналы бедствия.	20.01.26					
Раздел: Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме								
19	1	Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме.	27.01.26					

20	1	Акклиматизация в различных природно-климатических условиях.	03.02.26		
Раздел: Безопасность в чрезвычайных ситуациях					
21	1	Устройство убежища, порядок его заполнения и правила поведения в нем.	10.02.26		
22	1	Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств.	17.02.26		
23	1	Взрывы в местах массового скопления людей.	24.02.26		
Модуль: Оказание первой помощи и здоровый образ жизни					
Раздел: Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи					
24	1	Средства оказания первой помощи.	03.03.26		
25	1	Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей.	10.03.26		
26	1	Первая помощь при ожогах.	17.03.26		
27	1	Тепловой и солнечный удар.	24.03.26		
28	1	Обморожение и общее охлаждение организма.	07.04.26		
29	1	Беда на воде.	14.04.26		
30	1	Закрытые травмы.	21.04.26		
31	1	Способы переноски пострадавших.	28.04.26		
Раздел: Основы здорового образа жизни					
32	1	Правильное питание – основа здорового образа жизни человека.	05.05.26		
33	1	Значение белков, жиров и углеводов в питании человека.	12.05.26		
34	1	Гигиена и культура питания.	19.05.26		

Календарно-тематическое планирование

7 класс (3 год обучения)

№ урока	Количество часов	Тема урока	Дата проведения		Примечание			
			по плану	по факту				
Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства								
Раздел: Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация.								
1	1	Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация.	01.09.25					
Раздел: Землетрясения								

2	1	Происхождение и классификация землетрясений.	08.09.25		
3	1	Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь.	15.09.25		
4	1	Правила безопасного поведения при землетрясениях.	22.09.25		

Раздел: Вулканы

5	1	Общее понятие о вулканах.	29.09.25		
6	1	Меры по уменьшению потерь от извержения вулканов.	06.10.25		

Раздел: Обвалы, оползни и сели

7	1	Оползни.	13.10.25		
8	1	Сели (селевые потоки).	20.10.25		
9	1	Обвалы.	08.11.25		
10	1	Снежные лавины, условия для возникновения лавин.	10.11.25		
11	1	Последствия оползней, селей, обвалов, лавин.	17.11.25		
12	1	Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и снежных лавин.	24.11.25		

Раздел: Ураганы, бури, смерчи

13	1	Происхождение и виды ураганов, бурь и смерчей.	01.12.25		
14	1	Классификация ураганов, бурь и смерчей.	08.12.25		
15	1	Последствия ураганов, бурь и смерчей, и меры по уменьшению ущерба от них.	15.12.25		
16	1	Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей.	22.12.25		

Раздел: Наводнения

17	1	Виды наводнений.	29.12.25		
18	1	Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них.	12.01.26		
19	1	Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений.	19.01.26		

Раздел: Цунами

20	1	Причины и классификация цунами.	26.01.26		
21	1	Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них.	02.02.26		
22	1	Правила безопасного поведения при цунами.	09.02.26		

Раздел: Природные пожары

23	1	Причины природных пожаров и их классификация.	16.02.26		
24	1	Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение.	28.02.26		
25	1	Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожара и при его тушении.	02.03.26		
Раздел: Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений					
26	1	Эпидемии эпизоотии и эпифитотии.	09.03.26		
27	1	Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений.	16.03.26		
Раздел: Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера					
28	1	Человек и стихия.	23.03.26		
29	1	Характер и темперамент.	06.04.26		
30	1	Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии.	13.04.26		
Модуль: Основы медицинских знаний и правила оказание первой медицинской помощи					
Раздел: Наложение повязок и помощь при переломах					
31	1	Правила наложения повязок.	20.04.26		
32	1	Первая помощь при переломах, переноска пострадавших.	27.04.26		
33	1	Способы иммобилизации конечностей.	04.05.26		
Модуль: Основы здорового образа жизни					
Режим учёбы и отдыха подростка					
34	1	Режим – необходимое условие здорового образа жизни.	11.05.26		

Критерии оценивания обучающихся по основам безопасности жизнедеятельности.

Сообщение в устной или письменной форме (ответ на уроке).

Высокий уровень (оценка "5"):

ученик показывает глубокое и полное знание и понимание всего объема программного материала; полное понимание сущности рассматриваемых понятий, явлений и закономерностей, теорий, взаимосвязей;

ученик умеет составить полный и правильный ответ на основе изученного материала; выделять главные положения, самостоятельно подтверждать ответ конкретными примерами, фактами; самостоятельно и аргументировано делать анализ, обобщения, выводы. Устанавливать межпредметные (на основе ранее приобретенных знаний) и внутрипредметные связи, творчески применять полученные знания в незнакомой ситуации. Последовательно, четко, связно, обоснованно и безошибочно излагать учебный материал; давать ответ в логической последовательности с использованием принятой терминологии; делать собственные выводы; формулировать точное определение и истолкование основных понятий, законов, теорий; при ответе не повторять словно текст учебника; излагать материал литературным языком; правильно и обстоятельно отвечать на дополнительные вопросы учителя. Самостоятельно и рационально использовать наглядные пособия, справочные материалы, учебник, дополнительную литературу, первоисточники; применять систему условных обозначений при ведении записей, сопровождающих ответ; использование для доказательства выводов из наблюдений и опытов;

ученик самостоятельно, уверенно и безошибочно применяет полученные знания в решении проблем на творческом уровне; допускает не более одного недочёта, который легко исправляет по требованию учителя; имеет необходимые навыки работы с приборами, чертежами, схемами и графиками, сопутствующими ответу; записи, сопровождающие ответ, соответствуют требованиям.

Повышенный уровень (оценка "4"):

ученик показывает знания всего изученного программного материала. Даёт полный и правильный ответ на основе изученных теорий; незначительные ошибки и недочёты при воспроизведении изученного материала, определения понятий дал неполные, небольшие неточности при использовании научных терминов или в выводах и обобщениях из наблюдений и опытов; материал излагает в определенной логической последовательности, при этом допускает одну негрубую ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно при требовании или при небольшой помощи преподавателя; в основном усвоил учебный материал; подтверждает ответ конкретными примерами; правильно отвечает на дополнительные вопросы учителя;

ученик умеет самостоятельно выделять главные положения в изученном материале; на основании фактов и примеров обобщать, делать выводы, устанавливать внутрипредметные связи. Применять полученные знания на практике в видоизменённой ситуации, соблюдать основные правила культуры устной речи и сопровождающей письменной, использовать научные термины;

ученик не обладает достаточным навыком работы со справочной литературой, учебником, первоисточниками (правильно ориентируется, но работает медленно). Допускает негрубые нарушения правил оформления письменных работ.

Базовый уровень (оценка "3"):

ученик усвоил основное содержание учебного материала, имеет пробелы в усвоении материала, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала;

ученик материал излагает несистематизированно, фрагментарно, не всегда последовательно;

ученик показывает недостаточную сформированность отдельных знаний и умений; выводы и обобщения аргументирует слабо, допускает в них ошибки.

ученик допустил ошибки и неточности в использовании научной терминологии, определения понятий дал недостаточно четкие;

ученик не использовал в качестве доказательства выводы и обобщения из наблюдений, фактов, опытов или допустил ошибки при их изложении;

ученик испытывает затруднения в применении знаний, необходимых для решения задач различных типов, при объяснении конкретных явлений на основе теорий и законов, или в подтверждении конкретных примеров практического применения теорий;

ученик отвечает неполно на вопросы учителя (упуская и основное), или воспроизводит содержание текста учебника, но недостаточно понимает отдельные положения, имеющие важное значение в этом тексте;

ученик обнаруживает недостаточное понимание отдельных положений при воспроизведении текста учебника (записей, первоисточников) или отвечает неполно на вопросы учителя, допуская одну-две грубые ошибки.

Низкий уровень (оценка "2"):

ученик не усвоил и не раскрыл основное содержание материала;

ученик не делает выводов и обобщений.

ученик не знает и не понимает значительную или основную часть программного материала в пределах поставленных вопросов;

ученик имеет слабо сформированные и неполные знания и не умеет применять их к решению конкретных вопросов и задач по образцу;

ученик при ответе (на один вопрос) допускает более двух грубых ошибок, которые не может исправить даже при помощи учителя.

Примечание.

По окончанию устного ответа учащегося педагогом даётся краткий анализ ответа, объявляется мотивированная оценка. Возможно привлечение других учащихся для анализа ответа, самоанализ, предложение оценки.

Материально-техническое обеспечение

- Кабинет ОБЖ
- Стрелковый тир
- Компьютер
- Интерактивная доска
- Магнитная доска
- Принтер
- Комплект видеоматериалов по тематике ОБЖ
- Комплект наглядных пособий
- Макеты
- Медицинское имущество

Список литературы

- Альтшулер В. М.* Наркомания: дорога в бездну: кн. для учителей и родителей / В. М. Альтшулер, А. В. Надеждин. – М.: Просвещение, 2000.
- Армия государства Российского и защита Отечества* / под ред. В. В. Смирнова. – М.: Просвещение, 2004.
- Байер К.* Здоровый образ жизни / К. Байер, Л. Шейнберг; пер. с англ. – М.: Мир, 1997.
- Большой энциклопедический словарь.* – М.: Большая Российская энциклопедия; СПб.: Норинт, 1997.
- Военное законодательство Российской империи (кодекс русского Военного права).* – М.: Военный университет, 1996.
- Военный энциклопедический словарь.* – М.: Военное издательство, 1983.
- Гражданская защита. Энциклопедия.* В 4 т. / под ред. С. К. Шойгу. – М.: Московская типография №2, 2006.
- Здоровая семья /* пер. с англ. М. Г. Лунко, Д. А. Иванова. – М.: Крон-Пресс, 1994.
- Игнатенко А. А.* Кто покушается на твои права и свободы...: пособие для учащихся / А. А. Игнатенко. – М.: Просвещение, 2010.
- Когда не один противостоишь злу...: пособие для учащихся.* – М.: Просвещение, 2010.
- Краткая медицинская энциклопедия.* В 2 т. / главный ред. Академик РАМН В. И. Покровский. – М.: Медицинская энциклопедия: Крон-Пресс, 1994.
- Лях В. И.* Физическая культура: 8-9 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / В. И. Лях, А. А. Зданевич; под ред. В. И. Ляха. – М.: Просвещение, 2012.
- Мардерфельд В. Л.* 500 тестов по учебному курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: пособие для учителя / В. Л. Мардерфельд. – СПб.: Просвещение, 2004.
- Мардерфельд В. Л.* Раздаточные материалы по учебному курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: пособие для учителя / В. Л. Мардерфельд. – М.: Просвещение, 2004.
- Макеева А. Г.* Все цвета, кроме чёрного: педагогическая профилактика наркотизма школьников: метод. пособие для учителя: 7-9 кл. / А. Г. Макеева. – М.: Просвещение, 2005.
- Макеева А. Г.* Все цвета, кроме чёрного: семейная профилактика наркотизма школьников: кн. для родителей / А. Г. Макеева. – М.: Просвещение, 2005.
- Основы безопасности жизнедеятельности: справочник* / [А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, Р. А. Дурнев, Э. Н. Аюпов; под общ. ред. А. Т. Смирнова]. – М.: Просвещение, 2007.
- Основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности населения* / [Ю. Л. Воробьёв, В. А. Тучков, Р. А. Дурнев; под общ. ред. Ю. Л. Воробьёва]. – М.: Деловой экспресс, 2006.
- Петров С. В.* Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С. В. Петров, В. Г. Бубнов. – М.: Изд-во НЦ ЭНАС, 2000.
- Противодействие терроризму: учеб.-метод. пособие* / под общ. ред. Ю. С. Паткевича. – Ижевск: Удмуртия, 2004.
- Рыбин А. Л.* Дорожное движение: безопасность пешеходов, пассажиров, водителей: пособие для учащихся: 5-9 кл. / А. Л. Рыбин, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.
- Рыбин А. Л.* Безопасность дорожного движения. Учеб.-наглядное пособие для учащихся 5-9 кл. В 2 ч. (24 плаката) / А. Л. Рыбин, Б. О. Хренников, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.
- Рыбин А. Л.* Обучение правилам дорожного движения: пособие для учителя: 5-9 кл. / А. Л. Рыбин, М. В. Маслов; под общ. ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.

Рыбин А. Л. Обучение правилам дорожного движения: пособие для учителя: 10-11 кл. / А. Л. Рыбин, Б. О. Хренников, М. В. Маслов; под общ. ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.

Сальникова И. В. «Свой?» - «Чужой?» А стоит ли делить?: пособие для учащихся / И. В. Сальникова. – М.: Просвещение, 2010.

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: метод. рекомендации: 5-11 кл. / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2010.

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: тестовый контроль: 10-11 кл. / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2010.

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл. Учеб. для общеобразоват. учреждений. В 2 ч. Ч. 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин, П. В. Ижевский; под ред. А. Т. Смирнова. – 8-е изд. – М.: Просвещение, 2011.

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. – 4-е изд. – М.: Просвещение, 2012.

Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 11 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. – 4-е изд. – М.: Просвещение, 2012.

Терроризм. Это должен знать каждый: рекомендации, разработанные Службой по борьбе с терроризмом Управления ФСБ России / под. ред. А. А. Кокорева. – М.: Изограф, 2000.

Физическая культура: 5-7 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / под ред. М. Я. Виленского. – М.: Просвещение, 2011.

Хренников Б. О. Основы безопасности жизнедеятельности: сб. ситуативных задач: 10-11 кл. / Б. О. Хренников, Р. А. Дурнев, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2010.

Чрезвычайные ситуации: энциклопедия школьника / под общ. ред. С. К. Шойгу. – М., 2004.

Энциклопедия для детей. Т. 3. География / сост. С. Т. Исмаилова. – М.: Аванта+, 1994.

Энциклопедия для детей. Т. 4. Геология / сост. С. Т. Исмаилова. – М.: Аванта+, 1995.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 80760091953345287616995357499410305195481097575

Владелец Тарасова Тамара Георгиевна

Действителен с 10.04.2025 по 10.04.2026