

# **МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Пензенской области Отдел**

**образования Тамалинский район**

**МБОУ СОШ с. Ульяновка**

**РАССМОТРЕНО**

на заседании ШМО  
спортивно-  
трудового  
Руководитель

Стряпчева А.С.

Протокол №1 от «30» 08  
24 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Зам.дир. по УВР

\_\_\_\_\_

Сарычева Ю.Г.

Приказ №51/3 от «30»  
08 24 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор школы

\_\_\_\_\_  
Цыбьяков А.А.

Приказ №51/3 от «30»0824 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Основы безопасности и защиты Родины»**

для обучающихся 5-7 классов

**Ульяновка, 2024**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности и защита Родины» для обучающихся 5-7 классов разработана в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- приказа Мин просвещения от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;

- приказа Мин просвещения от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;

- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;

- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2;

- учебного плана основного общего образования;

- рабочей программы воспитания.

Программа в методическом плане позволяет построить освоение содержания в логике последовательного нарастания факторов опасности от опасной ситуации до чрезвычайной ситуации и разумного взаимодействия человека с окружающей средой, учесть преемственность приобретения обучающимися знаний и формирования у них умений и навыков в области безопасности жизнедеятельности.

Настоящая программа обеспечивает:

- ясное понимание обучающимися современных проблем безопасности и формирование у подрастающего поколения базового уровня культуры безопасного поведения;

- прочное усвоение обучающимися основных ключевых понятий, обеспечивающих преемственность изучения основ комплексной безопасности личности на следующем уровне образования;

- возможность выработки и закрепления у обучающихся умений и навыков, необходимых для последующей жизни;

- выработку практико-ориентированных компетенций, соответствующих потребностям современности;

- реализацию оптимального баланса межпредметных связей и их разумное взаимодополнение, способствующее формированию практических умений и навыков.

Содержание учебного курса представлено следующими модулями:

- модуль №1 «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»;

- модуль № 2 «Здоровье и как его сохранить»;

- модуль № 3 «Безопасность на транспорте»;

- модуль № 4 «Безопасность в быту»;

- модуль № 5 «Безопасность в социуме»;

- модуль № 6 «Основы противодействия экстремизму и терроризму»;

- модуль № 7 «Безопасность в информационном пространстве»;

- модуль № 8 «Безопасность в природной среде»;

- модуль № 9 «Безопасность в чрезвычайных ситуациях природного характера»

- модуль № 10 «Основы медицинских знаний»;

Программой предусматривается использование практико-ориентированных интерактивных форм организации учебных занятий с возможностью применения тренажёрных систем и виртуальных моделей.

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ЗАЩИТА РОДИНЫ»**

Появлению учебного предмета ОБЖ и ЗР способствовали колоссальные по масштабам и последствиям техногенные катастрофы, произошедшие на территории нашей страны в 80-е годы XX столетия: катастрофа теплохода «Александр Суворов» в результате столкновения с пролётом Ульяновского моста через Волгу (5 июня 1983 г.), взрыв четвёртого ядерного реактора на Чернобыльской АЭС (26 апреля 1986 г.), химическая авария с выбросом аммиака на производственном объединении «Азот» в г. Ионаве (20 марта 1989 г.), взрыв двух пассажирских поездов под Уфой в результате протечки трубопровода и выброса сжиженной газовой-бензиновой смеси (3 июня 1989 г.). Государство столкнулось с серьёзными вызовами, в ответ на которые требовался быстрый и адекватный ответ. Пришло понимание необходимости скорейшего внедрения в сознание граждан культуры безопасности жизнедеятельности, формирования у подрастающего поколения модели индивидуального безопасного поведения, стремления осознанно соблюдать нормы и правила безопасности в повседневной жизни. В связи с этим введение в нашей стране обучения основам безопасности жизнедеятельности явилось важным и принципиальным достижением как для отечественного, так и для мирового образовательного сообщества.

В условиях современного исторического процесса с появлением новых глобальных и региональных природных, техногенных, социальных вызовов и угроз безопасности России (критичные изменения климата, негативные медико-биологические, экологические, информационные факторы и другие условия жизнедеятельности) возрастает приоритет вопросов безопасности, их значение не только для самого человека, но также для общества и государства. При этом центральной проблемой безопасности жизнедеятельности остаётся сохранение жизни и здоровья каждого человека.

В данных обстоятельствах колоссальное значение приобретает качественное образование подрастающего поколения россиян, направленное на формирование гражданской идентичности, воспитание личности безопасного типа, овладение знаниями, умениями, навыками и компетенцией для обеспечения безопасности в повседневной жизни. Актуальность совершенствования учебно-методического обеспечения учебного процесса по предмету ОБЖ определяется системообразующими документами в области безопасности: Стратегия национальной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400), Доктрина информационной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 5 декабря 2016 г. № 646), Национальные цели развития Российской Федерации на период до 2030 года (Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474), Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» (Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 г. № 1642).

Современный учебный предмет ОБЖ является системообразующим, имеет свои дидактические компоненты во всех без исключения предметных областях и реализуется через приобретение необходимых знаний, выработку и закрепление системы взаимосвязанных навыков и умений, формирование компетенций в области безопасности, поддержанных согласованным изучением других учебных предметов. Научной базой учебного предмета ОБЖ является общая теория безопасности, исходя из которой он должен обеспечивать формирование целостного видения всего комплекса проблем безопасности, включая глобальные, что позволит обосновать оптимальную систему обеспечения безопасности личности, общества и государства, а также актуализировать для обучающихся построение адекватной модели индивидуального безопасного поведения в повседневной жизни, сформировать у них базовый уровень культуры безопасности жизнедеятельности.

В настоящее время с учётом новых вызовов и угроз подходы к изучению учебного предмета ОБЖ несколько скорректированы. Он входит в предметную область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности», является обязательным для изучения на уровне основного общего образования. Изучение ОБЖ направлено на обеспечение формирования базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности, что способствует выработке у обучающихся умений распознавать угрозы, избегать опасности, нейтрализовывать конфликтные ситуации, решать

сложные вопросы социального характера, грамотно вести себя в чрезвычайных ситуациях. Такой подход содействует закреплению навыков, позволяющих обеспечивать защиту жизни и здоровья человека, формированию необходимых для этого волевых и морально-нравственных качеств, предоставляет широкие возможности для эффективной социализации, необходимой для успешной адаптации обучающихся к современной техно-социальной и информационной среде, способствует проведению мероприятий профилактического характера в сфере безопасности.

## **ЦЕЛЬ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ И ЗАЩИТА РОДИНЫ»**

Целью изучения учебного предмета ОБЖ в 5-7 классах является формирование у обучающихся базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства.

Задачи курса предполагают формирование у обучающихся:

- способности построения модели индивидуального безопасного поведения на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин, механизмов возникновения и возможных последствий различных опасных и чрезвычайных ситуаций, знаний и умений применять необходимые средства и приемы рационального и безопасного поведения при их проявлении;
- активной жизненной позиции, осознанного понимания значимости личного безопасного поведения в интересах безопасности личности, общества и государства;
- знаний о безопасном поведении человека в чрезвычайных ситуациях различного характера;
- умений оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья, навыков безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях, использования средств индивидуальной и коллективной защиты.

## **МЕСТО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Изучение учебного предмета ОБЖ предусматривается в течение трех лет, в 5–7 классах по 1 часу в неделю. Всего на изучение предмета ОБЖ отводится 102 часа, из них по 34 часа в каждом классе.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА**

**Модуль «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе».** Почему нужно изучать предмет ОБЖ. Опасности в

жизни человека. Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях. Разновидности чрезвычайных ситуаций.

**Модуль «Здоровье и как его сохранить».** Организм человека и его безопасность. Системы органов. Нервная система. Сердце. Дыхательная система. Правильное питание. Здоровье органов чувств. Психическое здоровье человека. Социальное здоровье человека. Факторы, влияющие на здоровье. Как вести здоровый образ жизни. Физическая культура и её влияние на здоровье. Закаливание. Компьютер и здоровье. Инфекционные заболевания и способы их профилактики. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена). Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания, употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и их факторов.

**Модуль «Безопасность на транспорте».** Правила поведения для пешеходов. Правила поведения для пассажиров. Если вы водитель велосипеда. Безопасность на дорогах. Правила поведения на транспорте (наземном, в том числе железнодорожном, воздушном и водном), ответственность за их нарушения.

**Модуль «Безопасность в быту».** Среда обитания человека. Службы безопасности города (поселка). Основные правила безопасности на улице. Безопасность дома. Безопасность в подъезде и на игровой площадке. Правила поведения при пожаре.

**Модуль «Безопасность в социуме».** Какие конфликты возникают в социуме. Чрезвычайные ситуации социального характера. Роль государства и общества в обеспечении безопасности жизни и здоровья граждан Российской Федерации.

**Модуль «Основы противодействия экстремизму и терроризму».** Терроризм, экстремизм, наркотизм - сущность и угрозы безопасности личности и общества. Пути и средства вовлечения подростка в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность. Ответственность несовершеннолетних за правонарушения. Личная безопасность при террористических актах и при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников. Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.

**Модуль «Безопасность в информационном пространстве».** Информационная среда. Безопасное использование информационных ресурсов.

**Модуль «Безопасность в природной среде».** Водоёмы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. Правила безопасности в туристических походах и поездках. Правила поведения в автономных условиях. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них. Стихийные бедствия и их опасности. Ориентирование. Чрезвычайные ситуации природного характера. Туристский поход.

**Модуль «Основы медицинских знаний».** Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей. Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах. Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении. Основные неинфекционные и инфекционные заболевания, их профилактика. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе. Первая помощь при укусе насекомых и змей. Первая помощь при остановке сердечной деятельности. Первая помощь при коме. Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **Личностные результаты.**

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

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

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

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

#### **2. Гражданское воспитание:**

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

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

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

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

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

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

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

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

### **4. Эстетическое воспитание:**

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

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

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

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

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

- установка на осмысление опыта, наблюдений и поступков, овладение способностью оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы



обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей.

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

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

- осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

- умение принимать себя и других, не осуждая;

- умение осознавать эмоциональное состояние своё и других, уметь управлять собственным эмоциональным состоянием;

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

#### **7. Трудовое воспитание:**

- установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания; осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого; готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей;

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

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

- установка на овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых

мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды).

#### **8. Экологическое воспитание:**

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

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

#### **Метапредметные результаты.**

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

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

Базовые логические действия:

- выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);

- устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;

- с учётом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях; предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;

- выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;

- выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов; делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;

- самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учётом самостоятельно выделенных критериев).

Базовые исследовательские действия:

- формулировать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между рассматриваемым и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) повседневной жизни;

- обобщать, анализировать и оценивать получаемую информацию, выдвигать гипотезы, аргументировать свою точку зрения, делать обоснованные выводы по результатам исследования;

- проводить (принимать участие) небольшое самостоятельное исследование заданного объекта (явления), устанавливать причинно-следственные связи;

- прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, а также выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

Работа с информацией:

- применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учётом предложенной учебной задачи и заданных критериев;

- выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;

- находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;

- самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;

- оценивать надёжность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;

- эффективно запоминать и систематизировать информацию.

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

Общение:

- уверенно высказывать свою точку зрения в устной и письменной речи, выражать эмоции в соответствии с форматом и целями общения, определять предпосылки возникновения конфликтных ситуаций и выстраивать грамотное общение для их смягчения;

- распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков и намерения других, уважительно, в корректной форме формулировать свои взгляды;

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

- в ходе общения задавать вопросы и выдавать ответы по существу решаемой учебной задачи, обнаруживать различие и сходство позиций других участников диалога;

- публично представлять результаты решения учебной задачи, самостоятельно выбирать наиболее целесообразный формат выступления и готовить различные презентационные материалы.

Совместная деятельность (сотрудничество):

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной учебной задачи;

- планировать организацию совместной деятельности (распределять роли и понимать свою роль, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, подчиняться, выделять общую точку зрения, договариваться о результатах);

- определять свои действия и действия партнёра, которые помогали или затрудняли нахождение общего решения, оценивать качество своего вклада в общий продукт по заданным участниками группы критериям, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчёта перед группой.

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

Самоорганизация:

- выявлять проблемные вопросы, требующие решения в жизненных и учебных ситуациях;

- аргументированно определять оптимальный вариант принятия решений, самостоятельно составлять алгоритм (часть алгоритма) и способ решения учебной задачи с учётом собственных возможностей и имеющихся ресурсов;

- составлять план действий, находить необходимые ресурсы для его выполнения, при необходимости корректировать предложенный алгоритм, брать ответственность за принятое решение.

Самоконтроль (рефлексия):

- давать адекватную оценку ситуации, предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, и вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств;

- объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретённому опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;

- оценивать соответствие результата цели и условиям.

Эмоциональный интеллект:

- управлять собственными эмоциями и не поддаваться эмоциям других, выявлять и анализировать их причины;

- ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого, регулировать способ выражения эмоций.

Принятие себя и других:

- осознанно относиться к другому человеку, его мнению, признавать право на ошибку свою и чужую;

- быть открытым себе и другим, осознавать невозможность контроля всего вокруг.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **5 класс**

#### **Модуль «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе».**

- знать виды опасностей и причины их возникновения;

- знать основные правила безопасного поведения в различных ситуациях;

- иметь навыки безопасного поведения в чрезвычайных и опасных ситуациях.

#### **Модуль «Здоровье и как его сохранить».**

- знать, какое влияние оказывают вредные привычки на здоровье человека;
- иметь представление о способах профилактики вредных привычек и их негативных факторов.

#### **Модуль «Безопасность на транспорте».**

- знать правила поведения для пешеходов, пассажиров и велосипедистов;
- уметь переходить проезжую часть на регулируемом и нерегулируемом перекрестке;

#### **Модуль «Безопасность в быту».**

- иметь представление о среде обитания человека;
- знать службы безопасности города (поселка) и их функции;
- уметь правильно вести себя на улице, дома, в подъезде и на игровой площадке.

#### **Модуль «Безопасность в социуме».**

- уметь правильно вести себя при встрече со злоумышленниками.

#### **Модуль «Основы противодействия экстремизму и терроризму».**

- иметь представление об экстремизме и терроризме;
- знать правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта.

#### **Модуль «Безопасность в информационном пространстве».**

- знать понятие «информационная среда»;
- уметь безопасно использовать информационные ресурсы.

#### **Модуль «Безопасность в природной среде».**

- знать опасности в природной среде и их последствия;
- уметь безопасно вести себя на водоемах;
- уметь оказывать первую помощь пострадавшим на воде;

#### **Модуль «Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера».**

- знать виды, причины и последствия химических, радиационных и гидродинамических аварий;
- уметь действовать по сигналу «Внимание всем!».

#### **Модуль «Основы медицинских знаний».**

- знать виды травм и их причины;
- уметь оказывать первую помощь при термических травмах;
- уметь оказывать первую помощь при отравлениях;
- уметь оказывать первую помощь при травмах и в условиях чрезвычайных ситуаций.

### **6 класс**

#### **Модуль «Здоровье и как его сохранить».**

- знать факторы, влияющие на здоровье;
- знать составляющие здорового образа жизни;

- знать приемы и методы профилактики вредных привычек и их факторов;
- иметь представление о влиянии физической культуры на здоровье;
- иметь представление о вредных привычках и их негативном влиянии на организм человека;
- иметь представление о правилах личной гигиены и их соблюдении.

#### **Модуль «Безопасность в природной среде».**

- знать приемы ориентирования на местности;
- знать виды, причины и последствия природных чрезвычайных ситуаций;
- знать виды туристских походов;
- знать способы подачи сигналов бедствия;
- иметь представление об этапах подготовки к походу, выборе личного и группового снаряжения;
- уметь представление о режиме дня туриста;
- уметь определять азимут по компасу;
- уметь работать с туристской картой;
- уметь производить расчет питания в туристском походе.
- знать и соблюдать правила поведения при автономном существовании человека.

- соблюдать безопасность при встрече с дикими животными.

#### **Модуль «Основы медицинских знаний».**

- знать виды травм и их причины;
- уметь оказывать первую помощь при солнечных и тепловых ударах, переохлаждении, отморожении и ожогах.
- уметь оказывать первую помощь народными средствами..

### **7 класс**

#### **Модуль «Безопасность в социуме».**

- знать понятие стресса, стрессовых ситуаций.
- знать основные правила поведения в школе;
- знать причины и последствия конфликтов в социуме;
- уметь избегать конфликтов и находить способы их разрешения.
- знать правила безопасности в социальных сетях.

#### **Модуль «Безопасность в быту».**

- знать правила безопасности в повседневной жизни
- соблюдать электробезопасность в повседневной жизни и пожарную безопасность в помещениях
- знать средства бытовой химии и правила безопасности .

#### **Модуль «Безопасность на транспорте».**

- знать правила безопасности в ситуациях , связанных с железнодорожным транспортом и в метрополитене.

#### **Модуль» Безопасность в общественных местах»**

- соблюдать безопасность в криминогенных ситуациях: при встрече с преступником и как избегать встречи с наркоторговцем.

### **Модуль «Основы противодействия экстремизму и терроризму».**

- иметь представление о роли государства и общества в обеспечении безопасности жизни и здоровья граждан;
- знать особенности современного терроризма и террористической деятельности.
- уметь формировать антитеррористическое поведение и как не стать пособником террориста.

### **Модуль «Безопасность в природной среде».**

- знать классификацию чрезвычайных ситуаций природного характера.
- знать правила безопасности и защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

### **Модуль «Здоровье и как его сохранить».**

- знать чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения
- знать правила безопасности и защиты населения от чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения

### **Модуль «Основы медицинских знаний».**

- знать важность своевременного оказания первой помощи.
- уметь оказывать первую помощь при электротравме, кровотечении, ушибах, переломах;
- уметь транспортировать пострадавших в лечебное учреждение.

## **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

Тематическое планирование по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-7 классов составлено с учетом рабочей программы воспитания. Воспитательный потенциал данного учебного предмета обеспечивает реализацию следующих целевых приоритетов воспитания обучающихся ООО: создание благоприятных условий для развития социально значимых отношений школьников, и, прежде всего, ценностных отношений:

1. К семье как главной опоре в жизни человека и источнику его счастья.
2. К труду как основному способу достижения жизненного благополучия человека, залогом его успешного профессионального самоопределения и ощущения уверенности в завтрашнем дне.
3. К своему Отечеству, своей малой и большой Родине как месту, в котором человек вырос и познал первые радости и неудачи, которая завещана ему предками и которую нужно оберегать.
4. К природе как источнику жизни на Земле, основе самого ее существования, нуждающейся в защите и постоянном внимании со стороны человека.
5. К миру как главному принципу человеческого общежития, условию крепкой дружбы, налаживания отношений с коллегами по работе в будущем и создания благоприятного микроклимата в своей собственной семье.

6. К знаниям как интеллектуальному ресурсу, обеспечивающему будущее человека, как результату кропотливого, но увлекательного учебного труда.

7. К культуре как духовному богатству общества и важному условию ощущения человеком полноты проживаемой жизни, которое дают ему чтение, музыка, искусство, театр, творческое самовыражение.

8. К здоровью как залогом долгой и активной жизни человека, его хорошего настроения и оптимистичного взгляда на мир.

9. К окружающим людям как безусловной и абсолютной ценности, как равноправным социальным партнерам, с которыми необходимо выстраивать доброжелательные и взаимоподдерживающие отношения, дающие человеку радость общения и позволяющие избегать чувства одиночества.

10. К самим себе как хозяевам своей судьбы, самоопределяющимся и самореализующимся личностям, отвечающим за свое собственное будущее.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 5 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Модуль «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ »</b>					
1.1	Человек и его безопасность	3	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
Итого по разделу		3	0	0	
<b>Раздел 2. Модуль " ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ "</b>					
2.1	Здоровье и факторы, влияющие на него	3	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
2.2	Здоровье и правила его сбережения	2	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
Итого по разделу		5	0	0	
<b>Раздел 3. Модуль " БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТРАНСПОРТЕ"</b>					
3.1	Безопасное поведение на дорогах и в транспорте	3	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
Итого по разделу		3	0	0	
<b>Раздел 4. Модуль " БЕЗОПАСНОСТЬ В БЫТУ "</b>					
4.1	Безопасность вашего жилища	6	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
Итого по разделу		6	0	0	
<b>Раздел 5. Модуль " БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ "</b>					
5.1	Безопасность в криминогенных ситуациях	2	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>



Итого по разделу		2	0	0	
<b>Раздел 6. Модуль " ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ "</b>					
6.1	Экстремизм и терроризм — угрозы личности, обществу и государству	3	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
Итого по разделу		3	0	0	
<b>Раздел 7. Модуль " БЕЗОПАСНОСТЬ В ИНФОРМАЦИОННОМ ПРОСТРАНСТВЕ "</b>					
7.1	Безопасность в информационной среде	2	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
Итого по разделу		2	0	0	
<b>Раздел 8. Модуль "БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ "</b>					
8.1	Безопасность в различных погодных условиях и при стихийных бедствиях	2	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
Итого по разделу		2	0	0	
<b>Раздел 9. Модуль « Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера</b>					
9.1	Производственные аварии и их опасность для жизни, здоровья и благополучия человека	3	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
Итого по разделу		3	0	0	
<b>Раздел 10. Модуль ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ»</b>					
10.1	Первая помощь и правила ее оказания	4	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
Итого по разделу		4	0	0	
Итоговая контрольная работа		1	1	0	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	1	0	

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
**6 класс**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Модуль «ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ »</b>					
1.1	Здоровье и правила его сбережения	6	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school- collection.edu.ru</a>
Итого по разделу		6	0	0	
<b>Раздел 2. Модуль " БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ "</b>					
2.1	Безопасное поведение на природе	8	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school- collection.edu.ru</a>
2.2	Правила безопасного поведения в различных видах походов	4	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school- collection.edu.ru</a>
2.3	Безопасное поведение при автономном существовании	7	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school- collection.edu.ru</a>
2.4	Опасные встречи в природных условиях	4	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school- collection.edu.ru</a>
Итого по разделу		23	0	0	
<b>Раздел 3. Модуль " ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ "</b>					
3.1	Первая помощь в природных условиях	4	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school- collection.edu.ru</a>
Итого по разделу		4	0	0	
Итоговая контрольная работа.		1	1	0	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	1	0	

# ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

## 7 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
<b>Раздел 1. Модуль " БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ "</b>					
1.1	Как улучшить отношения с окружающими	4	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school- collection.edu.ru</a>
Итого по разделу		4	0	0	
<b>Раздел 2. Модуль " БЕЗОПАСНОСТЬ В БЫТУ "</b>					
2.1	Безопасность в повседневной жизни	3	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school- collection.edu.ru</a>
Итого по разделу		3	0	0	
<b>Раздел 3. Модуль " БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТРАНСПОРТЕ "</b>					
3.1	Безопасность в ситуациях, связанных с железнодорожным транспортом и метрополитеном	2	0	0	
Итого по разделу		2	0	0	
<b>Раздел 4. Модуль " БЕЗОПАСНОСТЬ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ "</b>					
4.1	Безопасность в криминогенных ситуациях	2	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school- collection.edu.ru</a>
Итого по разделу		2	0	0	
<b>Раздел 5. Модуль " ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ "</b>					
5.1	Терроризм — угроза обществу и каждому человеку	6	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school- collection.edu.ru</a>
Итого по разделу		6	0	0	
<b>Раздел 6. Модуль " БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ "</b>					
6.1	Чрезвычайные ситуации природного характера	7	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school- collection.edu.ru</a>
6.2	Природные пожары	2	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school- collection.edu.ru</a>
Итого по разделу		9	0	0	
<b>Раздел 7. Модуль " ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ "</b>					
7.1	Чрезвычайные ситуации биолого- социального происхождения	4	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school- collection.edu.ru</a>
Итого по разделу		4	0	0	
<b>Раздел 8 Модуль " ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ "</b>					
8.1	Первая помощь и правила ее оказания.	3	0	0	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school- collection.edu.ru</a>

Итого по разделу	3	0	0	
Итоговая контрольная работа.	1	1	0	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	1	0	

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения
		Всего	
1	Опасности в жизни человека	1	
2	Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях.	1	
3	Разновидности чрезвычайных ситуаций.	1	
4	Что такое здоровье и здоровый образ жизни.	1	
5	Как сохранить здоровье.	1	
6	Личная гигиена.	1	
7	Предупреждение вредных привычек.	1	
8	Основные правила здорового образа жизни.	1	
9	Правила поведения для пешеходов.	1	
10	Правила поведения для пассажиров.	1	
11	Если вы водитель велосипеда.	1	
12	Среда обитания человека.	1	
13	Службы, которые всегда приходят на помощь.	1	
14	Основные правила безопасности на улице.	1	
15	Безопасность дома.	1	
16	Безопасность в подъезде и на игровой площадке.	1	
17	Как вести себя при пожаре.	1	
18	Как избежать контактов со злоумышленниками и криминальной средой.	1	
19	Советы на всю жизнь.	1	
20	Что такое экстремизм.	1	
21	Терроризм- крайняя форма экстремизма.	1	
22	Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта.	1	
23	Что такое информационная среда.	1	
24	Безопасное использование информационных ресурсов.	1	
25	Как погодные условия могут влиять на безопасность человека. Безопасное поведение на водоемах.	1	
26	Стихийные бедствия и их опасности.	1	

27	Химические производства и связанные с ними опасности...	1	
28	Ядерные объекты и их опасности.	1	
29	Гидротехнические сооружения и их опасности.	1	
30	Основные правила оказания первой помощи. Первая помощь и взаимопомощь при ожоге.	1	
31	Первая помощь при отравлениях.	1	
32	Первая помощь при травмах.	1	
33	Первая помощь при чрезвычайных ситуациях.	1	
34	Итоговая контрольная работа	1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения
		Всего	
1	Факторы, способствующие сбережению здоровья.	1	
2	Факторы, разрушающие здоровье.	1	
3	Профилактика вредных привычек.	1	
4	Как избежать отрицательного воздействия окружающей среды на развитие и здоровье человека.	1	
5	Правила личной гигиены при занятиях туризмом.	1	
6	Туризм как часть комплекса ГТО.	1	
7	Безопасное поведение в туристических походах.	1	
8	Виды туристических походов.	1	
9	Как ориентироваться на местности.	1	
10	Как ориентироваться на местности.	1	
11	Подготовка к проведению туристического похода.	1	
12	Приметы, по которым можно определить погоду.	1	
13	Как развести костер при разной погоде.	1	
14	Если в лесу вас застигла гроза.	1	
15	Советы на всю жизнь.	1	
16	Лыжные походы.	1	
17	Горные походы.	1	
18	Водные походы. Способы и средства самопомощи и взаимопомощи в водных походах.	1	
19	Поведение человека в условиях автономного существования в природной среде.	1	
20	Добровольная и вынужденная автономия человека в природной среде.	1	
21	Организация ночлега при автономном	1	

	существовании.		
22	Как добыть питье и пищу в условиях автономии.	1	
23	Как добыть питье и пищу в условиях автономии.	1	
24	Как подать сигналы бедствия.	1	
25	Как подать сигналы бедствия.	1	
26	Безопасность при встрече с дикими животными.	1	
27	Безопасность при встрече со змеей.	1	
28	Защита от комаров,мошки и других насекомых.	1	
29	Профилактика клещевого энцефалита.	1	
30	Народные средства первой помощи..	1	
31	Первая помощь при травматических повреждениях.	1	
32	Первая помощь при солнечном и тепловом ударах.	1	
33	Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге. Психологическая поддержка пострадавшего	1	
34	Итоговая контрольная работа	1	
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>34</b>	

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 7 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата изучения
		Всего	
1	Стресс и стрессовые ситуации.	1	
2	Как снизить влияние стресса на поведение и общее состояние человека.	1	
3	Конфликт- особенность общения.	1	
4	Безопасность в социальных сетях.	1	
5	Пожарная безопасность в помещениях.	1	
6	Электробезопасность в повседневной жизни.	1	
7	Средства бытовой химии.	1	
8	Ситуации, связанные с железнодорожным транспортом.	1	
9	Безопасность в метрополитене.	1	
10	Как избежать встречи с преступником.	1	
11	Как избежать встречи с наркоторговцем.	1	
12	Как государство борется с терроризмом.	1	
13	Особенности современного терроризма.	1	
14	Виды современной террористической деятельности.	1	
15	Телефонные террористы.	1	
16	Как не стать пособником террористов.	1	
17	Формирование антитеррористического поведения.	1	
18	Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.	1	
19	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (землетрясение).	1	
20	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (извержения вулканов оползни, обвалы).	1	
21	Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (ураганы и бури. смерчи).	1	
22	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (наводнения, сели, цунами).	1	
23	Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения.	1	
24	Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического и гидрологического происхождения.	1	
25	Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары.	1	
26	Защита населения от лесных и торфяных пожаров.	1	
27	Эпидемии.	1	
28	Эпизооти.	1	
29	Эпифитотии.	1	
30	Защита населения от чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения.	1	
31	Важность своевременного оказания первой помощи. Первая помощь при электротравме.	1	
32	Первая помощь при кровотечении.	1	

33	Первая помощь при ушибах и переломах. Транспортировка пострадавших в медицинское учреждение.	1	
34	Итоговая контрольная работа	1	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	



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

Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс. Б.О. Хренников, Н.В. Гололобов, Л.И. Льяная, М.В. Маслов

Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс. Б.О. Хренников, Н.В. Гололобов, Л.И. Льяная, М.В. Маслов

Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс. Б.О. Хренников, Н.В. Гололобов, Л.И. Льяная, М.В. Маслов

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

1. УМК «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 5-9 классов общеобразовательных организаций под редакцией С.Н. Егорова;

2. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-7 классы: методическое пособие / Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов.

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

1. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school-collection.edu.ru);

2. Основы безопасности жизнедеятельности (<http://www.school-obz.org>);

3. Российская электронная школа ([resh.edu.ru](http://resh.edu.ru));

4. Учи.ру — интерактивная образовательная онлайн-платформа (uchi.ru);

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 701031612826891639560652498134944806191634741006

Владелец Цыбьяков Александр Александрович

Действителен с 15.09.2024 по 15.09.2025