

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 22»

РАССМОТРЕНО

На педагогическом совете
МАОУ СОШ №22

Протокол № 15 от 13.08.2024

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора
МАОУ СОШ № 22
От 02.09.2024 № 659

Является приложением к
ООП ООО, утвержденным
приказом директора школы
от 02.09.2024 № 659

Рабочая программа

по учебному предмету «Основы безопасности и защиты Родины»
(предметная область «Основы безопасности и защиты Родины»)
Культуре безопасности жизнедеятельности

Уровень общего образования: основное общее образование 5-7 классы.

Учитель ОБЗР

Ефимов Иван Тимофеевич

Пояснительная записка

Актуальность изучения курса «Культура безопасности жизнедеятельности» (КБЖ) в рамках учебного предмета «Основы безопасности и защиты Родины» (предметная область «Основы безопасности и защиты Родины») в основной школе обусловлена необходимостью выполнения социального заказа. В последние десятилетия наблюдается тенденция к увеличению случаев возникновения чрезвычайных ситуаций (ЧС) природного, техногенного, социального и бытового характера, опасных для человека. К природным ЧС относятся стихийные бедствия (ураганы, штормы, сели, землетрясения, извержения вулканов и проч.); к техногенным – аварии или опасные техногенные происшествия; к социальным – экстраординарные ситуации, связанные с террористической угрозой, асоциальным поведением людей; к бытовым – ситуации, вызванные нарушением правил техники безопасности в быту (пожары, замыкания в электросети, утечка газа, воды); к дорожным – ситуации, связанные с поведением на дороге, в транспорте.

В условиях ЧС может возникнуть угроза для жизни человека. Анализ этих ситуаций показывает, что среди причин гибели людей, в частности детей школьного возраста, основными являются, во-первых, отсутствие элементарных знаний о правилах поведения в экстремальных ситуациях; во-вторых, слабо развитая мотивация действий и как результат – недостаточно сформированное прогностическое восприятие и мышление, отсутствие опыта решения задач по преодолению нестандартных ситуаций. Исходя из этого, основной идеей конструирования данной предметной линии стало формирование психологической готовности школьника к принятию возникшей ЧС, развитие мотивов поведения и умения предвидеть опасность. Поэтому в средствах обучения, реализующих программу, много материалов, которые направлены на оценку поведения, анализ воображаемых ситуаций, предвидение и оценку возможных действий в той или иной ситуации.

Границы общения младшего возраста (10-13 лет) с окружающим миром значительно расширяются: дети больше времени проводят без родителей, в кругу сверстников, самостоятельно передвигаются по транспортным магистралям и общаются с объектами природы. Это определяет необходимость предупредить учащихся 5-7 классов о возможных опасностях, которые могут им встретиться.

Основная **цель** курса: расширение знаний и формирование умений младших подростков по организации здорового образа жизни, правильного поведения в различных неординарных и ЧС, навыки выживания в различных жизненных ситуациях. Главное направление предмета – развивать общую культуру младшего подростка, формировать осознание необходимости беречь свое здоровье, овладевать умениями и навыками решения жизненных задач, связанных с опасными ситуациями.

Основными **задачами** изучения данной предметной области являются следующие:

- Осознание необходимости знания правил поведения в необычных, нестандартных и ЧС, овладения умением ориентироваться в них;
- Воспитание способности к восприятию и оценке жизненных ситуаций, таящих в себе опасность, и приобретение опыта их преодоления;
- Формирование представлений о причинах возникновения опасных ситуаций, правилах безопасного поведения в них;
- Воспитание самоконтроля и самооценки поведения в опасных для здоровья и жизни ситуациях, развитие умения предвидеть последствия своего поведения;
- Освоение знаний по предупреждению попадания человека в экстремальную ситуацию автономного существования в природе;
- Знание основных мероприятий гражданской обороны по защите населения;

- Изучение правил выживания человека во время нахождения один на один с изучение и освоение основ медицинских знаний и правил оказания первой медицинской помощи, основ здорового образа жизни;
- Изучение правил дорожного движения;
- Формирование понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- Воспитание принятия учащимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи, справедливости судов и ответственности власти;
- Воспитание антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- Воспитание отрицательного отношения учащихся к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- Воспитание готовности и способности учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Рабочая программа учебного курса «Культура безопасности жизнедеятельности» в рамках ОБЗР для 5-7 классов ориентирована на использование УМК учебников А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников Основы безопасности жизнедеятельности , 5 класс М.: «Просвещение», 2017 г.; С.Н. Егоров Основы безопасности жизнедеятельности , 6 класс М.: «Просвещение», 2021 г.; С.Н. Егоров Основы безопасности жизнедеятельности , 7 класс М.: «Просвещение», 2021 г.;

Срок реализации программы: 3 года.

Количество часов в год (по программе): 34 часа.

Количество часов в неделю (по учебному плану школы): 1 час.

В соответствии с учебным планом КБЖ-ОБЗР изучается в 5-7 классах по 34 часа (из расчета 1 час в неделю).

1. Планируемые результаты.

Личностные результаты:

- Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлому и настоящему многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и

народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

- Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- Развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видах деятельности;
- Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения в транспорте и на дорогах;
- Формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- Развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты:

- Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действия в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

- Смысловое чтение;
- Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей, потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий; развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;
- Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

Предметные результаты:

- Формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- Формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- Понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- Понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества;
- Формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- Формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- Понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- Знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- Знание мер безопасности и правил поведения и умение их применять в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- Умение оказать первую помощь пострадавшим;
- Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников; готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;
- Умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- Владение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

2. Содержание учебного курса на 5 класс.

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества, государства

Раздел 1. Основы комплексной безопасности.

Опасные и чрезвычайные ситуации. Источники опасных ситуаций. Возникновение опасных ситуаций из-за человеческого фактора. Понятия «безопасность», «безопасность жизнедеятельности». Правила безопасности жизни. Краткие сведения о системе государственной защиты в области безопасности. Понятие «чрезвычайная ситуация». Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Чрезвычайные ситуации социального характера

Раздел 3. Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации.

Понятия «экстремизм», «экстремистская деятельность». Опасные формы экстремистской деятельности. Ответственность за экстремистскую деятельность. Понятие «терроризм». Различные виды террористической деятельности. Ложные сообщения о терактах. Формы проявления терроризма. Ответственность несовершеннолетних за участие в террористической деятельности. Признаки наличия взрывного устройства. Правила поведения в различных ситуациях, связанных с проявлением террористической деятельности.

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Раздел 4. Основы здорового образа жизни.

Определение понятий «здоровье», «здоровый образ жизни». Физическое здоровье. Духовное здоровье. Неразрывная связь физического и духовного здоровья. Режим дня. Отдых. Сон как важнейший признак здоровья. Правильная и неправильная осанка при ходьбе и при работе за письменным столом. Близорукость и дальновидность. Развитие физических качеств (сила, быстрота, выносливость). Малоподвижный образ жизни. Двигательная активность. Закаливание и закаливающие процедуры. Питание. Вода, белки, витамины, жиры, минеральные вещества, углеводы – необходимые элементы, требующиеся для развития организма. Определение понятия «гигиена». Уход за зубами. Уход за кожей. Выбор одежды по сезону. Правила гигиены на каждый день. Вред табакокурения и употребления спиртных напитков. Негативное отношение к приёму наркотических и токсикоманических веществ.

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.

Цель оказания первой помощи. Неотложные состояния, при которых необходимо оказывать первую помощь. Телефоны для вызова скорой медицинской помощи. Средства из домашней аптечки, которые нужно использовать при оказании первой помощи. Виды ожогов в зависимости от травмирующего источника, воздействующего на кожу (термические, электрические, лучевые, химические). Поверхностные и глубокие ожоги. Правила первой помощи при различных видах ожогов. Различные пути попадания яда в человеческий организм. Правила безопасности для предупреждения случаев отравления. Первая помощь при отравлении минеральными веществами и бытовой химией. Понятия «ушиб», «травма». Первая помощь при ушибах и ссадинах.

3. Тематическое планирование

5 класс

№ модуля, раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов
М-1	Основы безопасности личности, общества, государства	22
Р-1	Основы комплексной безопасности	15
Тема 1	Человек, среда его обитания, безопасность человека	5
Тема 2	Опасные ситуации техногенного характера	6

Тема 3	Опасные ситуации природного характера	2
Тема 4	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	2
<i>Р-3</i>	<i>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</i>	7
Тема 5	Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение	3
Тема 6	Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства	4
М-2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	8
<i>Р-4</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>	5
Тема 7	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни	3
Тема 8	Факторы, разрушающие здоровья	2
<i>Р-5</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	3
Тема 9	Первая медицинская помощь и правила её оказания	3
Тема 10	Итоговое обобщение	4
Всего часов		34

4. Содержание учебного курса на 6 класс.

Модуль 1. Здоровье и как его сохранить.

Глава 1. Здоровье и правила его сбережения.

Правильное и неправильное питание. Закаливание организма. Долгое сидение за компьютером. Избыточный вес. Вред от употребления алкогольных напитков, табака, наркотиков. Игромания. Компьютерная игровая зависимость. Как избежать этой зависимости. Физические, химические и социальные антропогенные факторы окружающей среды. Экологическая безопасность. Правильный выбор одежды и обуви по сезону для участия в походе. Соблюдение правил личной гигиены в походе.

Модуль 2. Безопасность в природной среде.

Глава 2. Безопасное поведение на природе.

Основные меры безопасности в туристических походах. Если турист отстал от группы. Однодневные и многодневные, местные и дальние туристские походы. Ориентирование по Солнцу. Ориентирование по природным признакам. Ориентирование по местным признакам. Способы определения сторон горизонта по компасу, небесным светилам и карте. Руководитель похода и его обязанности. Санитар и его обязанности. Состав аптечки первой помощи (походной аптечки). Туристское снаряжение в зависимости от вида похода. Выбор места для костра и его розжиг. Виды костров. Признаки приближающейся грозы. Правильное размещение в укрытии во время грозы.

Глава 3. Правила безопасного поведения в различных видах походов.

Пеший поход. Ведущий турист. Замыкающий турист. Техника движения по равнинной и пересечённой местности. Устройство бивака. Особенности снаряжения. Организация движения.. организация движения при подъёме и спуске. Плавающие средства. Общий распорядок ходового дня. Правила действия во время аварии судна.

Глава 4. Безопасное поведение при автономном существовании.

Факторы, способствующие и препятствующие выживанию при автономном существовании. Характерные особенности добровольного и вынужденного существования в природе. Сооружение временного жилища. Добывание огня с помощью различных предметов. Растения, грибы, орехи, которые можно употреблять в пищу. Очистка и обеззараживание воды. Различные средства аварийной сигнализации.

Глава 5. Опасные встречи в природных условиях.

Правила поведения при встрече с дикими животными (лосем, кабаном, волком, медведем и др.). Безопасность при встрече со змеей. Защита от комаров, мошки и других насекомых. Клещевой энцефалит, его переносчики, места и время передачи, последствия заболевания. Способы удаления клещей с тела.

Модуль 3. Основы медицинских знаний.

Раздел 6. Первая помощь в природных условиях.

Средства для остановки кровотечения, от кашля, от воспаления. Первая помощь при травме конечностей, при повреждении глаз и носа. Имобилизация при травме конечностей. Первая помощь при солнечном и тепловом ударе, при переохлаждении, отморожении и ожоге. Психологическая поддержка пострадавшего.

5. Тематическое планирование

6 класс

№ модуля, раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов
М-1	Здоровье и как его сохранить	6
Глава 1	Здоровье и правила его сбережения	6
М-II	Безопасность в природной среде	20
Глава 2	Безопасное поведение на природе	7
Глава 3	Правила безопасного поведения в различных видах походов	4
Глава 4	Безопасное поведение при автономном существовании	5
Глава 5	Опасные встречи в природных условиях	4
М-III	Основы медицинских знаний	5
Раздел 6	Первая помощь в природных условиях	5
	Итоговое обобщение	3
Всего часов		34

6. Содержание учебного курса на 7 класс.

Модуль 1. Безопасность в социуме.

Глава 1. Как улучшить отношения с окружающими.

Стресс и стрессовые ситуации. Методы самовнушения, самоубеждения и самоприказа в борьбе со стрессом. Как избежать конфликтной ситуации. Побег из дома. Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей. Как не стать жертвой принуждения к самоубийству (суициду). Как противостоять опасностям вовлечения в группы смерти.

Модуль 2. Безопасность в быту (аварийные ситуации, пожары).

Глава 2. Безопасность в повседневной жизни.

Пожар на кухне, на балконе. Меры предосторожности при работе с печью. Меры предосторожности при использовании электроприборов. Средства бытовой химии.

Модуль 3. Безопасность на транспорте.

Глава 3. Безопасность в ситуациях, связанных с железнодорожным транспортом и метрополитеном.

Зоны опасности на железной дороге. «Зацеперы». Поездка в поезде дальнего следования. Аварийная ситуация в поезде дальнего следования. Безопасность в метрополитене. Безопасное поведение на дорогах и улицах. Причины ДТП. Перевозка пассажиров. Безопасность в метрополитене.

Модуль 4. Безопасность в общественных местах

Глава 4. Безопасность в криминогенных ситуациях.

Безопасность на улице. Безопасность в городском транспорте. Как обеспечить свою безопасность в квартире. Осторожно: мошенничество. Понятие «наркотизм». Противодействие наркотизму.

Модуль 5. Основы противодействия экстремизму и терроризму.

Глава 5. Терроризм – угроза обществу и каждому человеку.

Государственное законодательство о борьбе с терроризмом. Основные задачи Национального антитеррористического комитета (НАК). Особенности современного терроризма. Виды современной террористической деятельности. Телефонные террористы. Как действуют вербовщики террористических организаций. Статьи Уголовного кодекса Российской Федерации, предусмотренные за террористическую деятельность, в том числе лиц, которым исполнилось на момент преступления 14 лет. Формирование антитеррористического поведения.

Модуль 6. Безопасность в природной среде.

Глава 6. Чрезвычайные ситуации природного характера.

Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Землетрясение. Извержения вулканов. Оползни. Сели. Что нужно делать при поступившем сигнале о начале стихийного бедствия геологического происхождения. Ураганы и бури. Смерчи. Правила поведения при чрезвычайных ситуациях метеорологического происхождения. Наводнения, их виды. Сели, цунами. Снежные лавины. Правила поведения при чрезвычайных ситуациях гидрологического происхождения. Защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного характера.

Глава 7. Природные пожары.

Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары. Правила безопасности при возникновении лесных и торфяных пожаров. Средства и способы, которые используются при тушении лесных пожаров.

Модуль 7. Здоровье и как его сохранить

Глава 8. Чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения.

Понятия «эпидемия», «пандемия». Пандемия коронавируса. Правила профилактики коронавируса. Понятия «эпизоотический очаг», «панзоотия». Признаки инфекционных заболеваний животных. Понятия «эпифитотия», «панфитотия». Признаки инфекционных заболеваний растений. Защита от эпидемий, эпизоотий, эпифитотий.

Модуль 8. Основы медицинских знаний.

Глава 9. Первая помощь и правила её оказания.

Важность своевременного оказания первой помощи. Первая помощь при электротравме. Первая помощь при кровотечении. Наружные внутренние кровотечения. Виды кровотечения – капиллярное, венозное, артериальное, смешанное. Способы временной остановки наружного кровотечения. Оказание первой помощи при носовом кровотечении. Первая помощь при ушибах и переломах. Способы транспортировки пострадавшего.

7. Тематическое планирование

7 класс

№ модуля, раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов
Модуль 1.	Безопасность в социуме.	4
Глава 1	Как улучшить отношения с окружающими.	4
Модуль 2.	Безопасность в быту (аварийные ситуации, пожары).	3
Глава 2	Безопасность в повседневной жизни	3

Модуль 3.	Безопасность на транспорте.	2
Глава 3	Безопасность в ситуациях, связанных с железнодорожным транспортом и метрополитеном	2
Модуль 4.	Безопасность в общественных местах.	2
Глава 4	Безопасность в криминогенных ситуациях.	2
Модуль 5.	Основы противодействия экстремизму и терроризму.	6
Глава 5	Терроризм – угроза обществу и каждому человеку.	6
Модуль 6.	Безопасность в природной среде.	9
Глава 6	Чрезвычайные ситуации природного характера.	7
Глава 7	Природные пожары.	2
Модуль 7.	Здоровье и как его сохранить	4
Глава 8	Чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения.	4
Модуль 8.	Основы медицинских знаний.	4
Глава 9	Первая помощь и правила её оказания.	4
Всего часов		34

Для усвоения основных знаний применяются следующие **формы, методы обучения: формы обучения учащихся на уроке:** общеклассная, групповая, парная, индивидуальная;

Методы обучения:

1. Словесные (рассказ, беседа, лекция с элементами беседы);
2. Наглядные (демонстрация плакатов, учебных видео роликов, электронных презентаций, материальной базы);
3. Эвристические – (саморазвитие учащихся, активная познавательная деятельность);
4. Практические (отрабатывание нормативов, решение теоретических и практических задач).

8. Поурочное планирование. 5 класс

№ модуля, раздела, темы, урока	Тема урока	Количество часов
М-1	Основы безопасности личности, общества, государства	22
<i>Р-1</i>	<i>Основы комплексной безопасности</i>	15
Тема 1	Человек, среда его обитания, безопасность человека	5
1	Город как среда обитания.	1
2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.	1
3	Особенности природных условий в городе.	1
4	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность.	1
5	Безопасность в повседневной жизни.	1
Тема 2	Опасные ситуации техногенного характера	6
6	Дорожное движение, безопасность участников дорожного	1
7	Пешеход. Безопасность пешехода.	1
8	Пассажир. Безопасность пассажира.	1
9	Водитель.	1
10	Пожарная безопасность.	1
11	Безопасное поведение в бытовых ситуациях.	1

Тема 3	Опасные ситуации природного характера	2
12	Погодные условия и безопасность человека.	1
13	Безопасность на водоёмах.	1
Тема 4	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	2
14	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1
15	Чрезвычайные ситуации техногенного характера.	1
<i>Р-3</i>	<i>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</i>	7
Тема 5	Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение	3
16	Антиобщественное поведение и его опасность.	1
17	Обеспечение личной безопасности дома.	1
18	Обеспечение личной безопасности на улице.	1
Тема 6	Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства	4
19	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения.	1
20	Виды экстремистской и террористической деятельности.	1
21	Виды террористических актов и их последствия.	1
22	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.	1
М-2	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	8
<i>Р-4</i>	<i>Основы здорового образа жизни</i>	5
Тема 7	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни	3
23	О здоровом образе жизни.	1
24	Двигательная активность и закаливание организма-необходимые условия укрепления здоровья	1
25	Рациональное питание. Гигиена питания.	1
Тема 8	Факторы, разрушающие здоровья	2
26	Вредные привычки и их влияние на здоровье.	1
27	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек	1
<i>Р-5</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	3
Тема 9	Первая медицинская помощь и правила её оказания	3
28	Первая помощь при различных видах повреждений.	1
29	Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах (практические	1
30	Первая помощь при отравлениях (практическое занятие)	1
Тема 10	Итоговое обобщение	4
31	Основы безопасности в опасных ситуациях природного характера	1
32	Опасные ситуации техногенного характера	1
33	Опасные ситуации социального характера	1
34	Здоровый образ жизни	1
Всего часов		34

9. Поурочное планирование. 6 класс

№ модуля, раздела, темы, урока	Тема урока	Количество часов
М-1	Здоровье и как его сохранить	6

Глава 1	Здоровье и правила его сбережения	6
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
М-II	Безопасность в природной среде	20
Глава 2	Безопасное поведение на природе	7
7	Безопасное поведение в туристских походах	1
8	Виды туристских походов	1
9	Как ориентироваться на местности	1
10	Подготовка к проведению туристского похода	1
11	Приметы, по которым можно определить погоду	1
12	Как развести костёр при разной погоде	1
13	Если в лесу вас застала гроза	1
Глава 3	Правила безопасного поведения в различных видах походов	4
14	Советы на всю жизнь	1
15	Лыжные походы	1
16	Горные походы	1
17	Водные походы. Способы и средства самопомощи и взаимопомощи в водных походах.	1
Глава 4	Безопасное поведение при автономном существовании	5
18	Поведение человека в условиях автономного существования в природной среде	1
19	Добровольная и вынужденная автономия человека в природной среде	1
20	Организация ночлега при автономном существовании	1
21	Как добыть питьё и пищу в условиях автономии	1
22	Как подать сигналы бедствия	1
Глава 5	Опасные встречи в природных условиях	4
23	Безопасность при встрече с дикими животными	1
24	Безопасность при встрече со змеей	1
25	Защита от комаров, мошки и других насекомых	1
26	Профилактика клещевого энцефалита	1
М-III	Основы медицинских знаний	5
Раздел 6	Первая помощь в природных условиях	5
27	Народные средства первой помощи	1
28	Первая помощь при травматических повреждениях	1
29	Первая помощь при солнечном и тепловом ударе	1
30	Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге	1
31	Психологическая поддержка пострадавшего	1
	Итоговое обобщение	3

32	Безопасность в природной среде	1
33	Основы медицинских знаний	1
34	Здоровье – главная ценность жизни человека	1
Всего часов		34

10. Поурочное планирование 7 класс

№ модуля, раздела, темы, урока	Тема урока	Количество часов
Модуль 1.	Безопасность в социуме.	4
Глава 1	Как улучшить отношения с окружающими.	4
1	Стресс и стрессовые ситуации	1
2	Как снизить влияние стресса на поведение и общее состояние человека	1
3	Конфликт – особенности общения	1
4	Безопасность в социальных сетях	1
Модуль 2.	Безопасность в быту (аварийные ситуации, пожары).	3
Глава 2	Безопасность в повседневной жизни	3
5	Пожарная безопасность в помещении	1
6	Электробезопасность в повседневной жизни	1
7	Средства бытовой химии	1
Модуль 3.	Безопасность на транспорте.	2
Глава 3	Безопасность в ситуациях, связанных с железнодорожным транспортом и метрополитеном	2
8	Ситуации, связанные с железнодорожным транспортом	1
9	Безопасность в метрополитене	1
Модуль 4.	Безопасность в общественных местах.	2
Глава 4	Безопасность в криминогенных ситуациях.	2
10	Как избежать встречи с преступником	1
11	Как избежать встречи с наркоторговцем	1
Модуль 5.	Основы противодействия экстремизму и терроризму.	6
Глава 5	Терроризм – угроза обществу и каждому человеку.	6
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
Модуль 6.	Безопасность в природной среде.	9
Глава 6	Чрезвычайные ситуации природного характера.	7

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	1
22	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения	1
23	Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения	1
24	Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического и гидрологического происхождения	1
Глава 7	Природные пожары.	2
25	Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары	1
26	Защита населения от лесных и торфяных пожаров	1
Модуль 7.	Здоровье и как его сохранить	4
Глава 8	Чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения.	4
27	Эпидемии	1
28	Эпизоотии	1
29	Эпифитотии	1
30	Защита населения от чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения.	1
Модуль 8.	Основы медицинских знаний.	4
Глава 9	Первая помощь и правила её оказания.	4
31	Возможность своевременного оказания первой помощи	1
32	Первая помощь при электротравме	1
33	Первая помощь при кровотечении	1
34	Первая помощь при ушибах и переломах. Транспортировка пострадавших в медицинское учреждение.	1
Всего часов		34

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 77149040033756655705267332764720921695141568819

Владелец Перминова Людмила Николаевна

Действителен с 12.03.2024 по 12.03.2025