

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Удмуртской Республики
Администрация МО «Муниципальный округ Красногорский район
Удмуртской Республики»
МБОУ «Красногорская СОШ»

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО

Шуклина Е.А.
Протокол №5 от «30»
августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
по УВР

Поторочина Н.А.
Протокол № 21 от «30»
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ
«Красногорская СОШ»

Прокашева Л.Н.
Приказ № 33/01 от «30»
августа 2023 г.

**Рабочая программа
учебного предмета «Основы выживания»**

для обучающихся 5-7 классов

Красногорское 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета Основы выживания (далее — Программа) разработана на основе Концепции преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (утверждена Решением Коллегии Министерства просвещения Российской Федерации, протокол от 24 декабря 2018 года № ПК-1 вн), требований к результатам освоения программы основного общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте (далее — ФГОС) основного общего образования (утвержден приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 года № 287) с учетом распределенных по модулям проверяемых требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования по учебному предмету Основы выживания, примерной программы воспитания.

В условиях современного исторического процесса ведущей глобальной проблемой является обеспечение безопасности личности, общества и государства. В этой связи обучение российских школьников Основам выживания является важным и принципиальным достижением как для отечественного, так и для мирового образовательного сообщества.

Целью изучения учебного предмета Основы выживания на уровне основного общего образования является формирование у обучающихся базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства.

При разработке программы учитывались основные положения следующих государственных документов (в последних редакциях):

- Конституции Российской Федерации;
- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона «О гражданской обороне»;
- Федерального закона «О радиационной безопасности населения»;
- Федерального закона «О пожарной безопасности»;
- Федерального закона «О безопасности дорожного движения»;
- Федерального закона «О противодействии терроризму»;
- Уголовного кодекса Российской Федерации;
- Правил дорожного движения Российской Федерации;
- Федерального государственного стандарта основного общего образования.

Настоящая Программа обеспечивает:

ясное понимание обучающимися современных проблем безопасности и формирование у подрастающего поколения базового уровня культуры безопасного поведения; прочное усвоение обучающимися минимума основных ключевых понятий, обеспечивающих преемственность изучения основ безопасности жизнедеятельности в 8-х – 9-х классах; 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, способствующих формированию практических умений и навыков, и их разумное взаимодействие.

В Программе содержание предмета Основы выживания структурно представлено разделами (тематическими линиями), обеспечивающими непрерывность изучения предмета на уровне основного общего образования и преемственность учебного процесса на уровне среднего общего образования:

Раздел «Безопасность человека»;

Раздел «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи»;

Раздел «Основы здорового образа жизни»;

Раздел «Безопасность в природной среде»;

Раздел «Безопасность при чрезвычайных ситуациях природного характера»;

Раздел «Безопасность при чрезвычайных ситуациях техногенного характера».

В целях обеспечения системного подхода в изучении предмета Основы выживания на уровне основного общего образования Программа предполагает внедрение универсальной структурно-логической схемы изучения учебных Разделов (тематических линий) в парадигме безопасной жизнедеятельности: «предвидеть опасность, по возможности ее избегать, при необходимости действовать». Учебный материал систематизирован по сферам возможных проявлений рисков и опасностей: помещения и бытовые условия; улица и общественные места; природные условия; коммуникационные связи и каналы; объекты и учреждения культуры. Программой предусматривается использование практико-ориентированных интерактивных форм организации учебных занятий с возможностью применения тренажерных систем и виртуальных моделей. При этом использование электронной образовательной среды на учебных занятиях должно быть разумным — компьютер и дистанционные образовательные техно- логии не способны полностью заменить педагога и практические действия обучающихся.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ ВЫЖИВАНИЯ». 5-7 КЛАССЫ

В соответствии с требованиями ФГОС учебный предмет Основы выживания входит в предметную область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» и является обязательным для изучения на уровне основного общего образования.

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

Изучение предмета способствует формированию у обучающихся в 5-7 классах основ индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, необходимой человеку для жизни в условиях техногенной, природной, социальной и информационной сфер деятельности на современном этапе. В процессе освоения предмета обучающиеся приобретут необходимые знания, умения, навыки и сформируют компетенции для обеспечения безопасной жизнедеятельности в обществе в условиях современного мира, в том числе с учётом региональных особенностей.

Учитывая требования Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и положения Концепции преподавания основ безопасности жизнедеятельности, в ходе преподавания предмета целесообразно использовать сочетание новых и традиционных подходов к изучению вопросов комплексной безопасности личности, общества и государства в различных сферах, в том числе в социальной среде: обеспечение личной и общественной безопасности, обеспечение безопасности в природной среде и защита от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, а также защита прав потребителей и др.

Обучение по данной программе будет способствовать выработке у учащихся умений действовать при опасных ситуациях в быту, в условиях автономного существования, распознавать угрозы, нейтрализовать конфликтные ситуации, решать сложные вопросы социального характера, грамотно вести себя при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

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

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

В ходе освоения содержания предмета обучающиеся сформируют индивидуальные социальные качества, компетентности, что окажет важное влияние на их подготовку к самостоятельной жизнедеятельности в современном обществе в реальных условиях окружающего мира.

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ ВЫЖИВАНИЯ»

Цель изучения учебного предмета Основы выживания на уровне основного общего образования:

- научить подростков предвидеть опасность, по возможности её избегать, при необходимости действовать со знанием дела;
- сформировать у них культуру безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:
- формирование активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного безопасного поведения в интересах безопасности личности, общества и государства;
- знание и понимание роли государства и общества в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

МЕСТО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

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

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ ВЫЖИВАНИЯ»

Раздел № 1 «Безопасность человека»

Опасные и чрезвычайные ситуации. Источники опасных ситуаций. Влияние человеческого фактора на возникновение опасных ситуаций.

Понятия «безопасность», «безопасность жизнедеятельности». Правила безопасности жизни. Система государственной защиты в области безопасности. Опасные ситуации в быту и социуме. Правила поведения в опасных ситуациях. Прогнозирование опасных ситуаций в быту и социуме. Правила поведения на транспорте. Правила поведения при угрозе террористического акта. Использование индивидуальных средств защиты органов дыхания. Особенности сельских поселений. Особенности городов как среды

обитания (смог, переработка и хранение бытовых отходов, шум и другие проблемы). Правила вызова экстренных служб. Единый номер 112. Безопасность в вечернее время. Безопасность в толпе. Источники опасности в современном жилище. Бытовой газ — источник повышенной опасности. Гигиена жилища. Основные правила безопасности в подъезде и лифте. Меры предосторожности при использовании электроприборов. Пользование водопроводом, канализацией и мусоропроводом. Употребление лекарств. Потеря ключей. Правила поведения при пожаре в квартире. Пожар на кухне, на балконе. Меры предосторожности при работе с печью. Основные причины пожара в общественных зданиях. Основные поражающие факторы пожара. Как вести себя при пожаре в общественном месте. Пожарная профилактика. Основные задачи пожарной охраны. Государственная противопожарная служба (ГПС), ее функции. Ответственность за нарушение требований пожарной безопасности.

Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Пешеходные переходы (регулируемые и нерегулируемые). Пешеходная, велопешеходная и велосипедная дорожки. Транспортные и пешеходные светофоры. Сигналы светофоров. Движение пешеходов в городе и по загородным дорогам. Общественный транспорт и правила для его пассажиров. Школьный автобус и правила пользования им. Правила для пассажиров трамваев, троллейбусов, автобусов, метрополитена. Движение велосипедистов согласно Правилам дорожного движения Российской Федерации. Средства индивидуальной защиты велосипедиста. Требования к техническому состоянию велосипеда.

Правила безопасного поведения пассажира при передвижении на автомашине. Безопасность на авиационном и водном транспорте. Правила поведения при возникновении аварийной ситуации в самолете. Безопасность пассажиров морских и речных судов.

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

Раздел № 2 «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи»

Цель оказания первой помощи. Неотложные состояния, при которых необходимо оказывать помощь. Телефоны для вызова скорой медицинской помощи. Средства из домашней аптечки, которые нужно использовать при оказании первой помощи.

Виды ожогов в зависимости от травмирующего источника, воздействующего на кожу (термические, электрические, лучевые, химические). Поверхностные и глубокие ожоги. Правила первой помощи при различных видах ожогов.

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

Понятия «ушиб», «травма», «перелом». Первая помощь. Первая помощь при электротравме.

Виды кровотечения. Способы временной остановки наружного кровотечения. Оказание первой помощи при носовом кровотечении.

Способы транспортировки пострадавшего. Народные средства для остановки кровотечения, от кашля, от воспаления. Первая помощь при травме конечностей, при повреждении глаз и носа. Имобилизация при травме конечностей. Первая помощь при солнечном и тепловом ударах. Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге. Психологическая поддержка пострадавшего. Переломы, вывихи, растяжения.

Оказание первой помощи при утоплении, остановке сердца и коме. Первая помощь при отравлениях аварийно-химически опасными веществами. Первая помощь при массовых поражениях людей. Первая помощь при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути. Первая помощь при отсутствии сознания и остановке дыхания.

Раздел № 3 «Основы здорового образа жизни»;

Понятия «здоровье», «здоровый образ жизни». Физическое здоровье. Духовное здоровье. Неразрывная связь физического и духовного здоровья. Физиологическая составляющая здоровья. Психологическая составляющая здоровья. Нравственная

составляющая здоровья.

Режим дня. Отдых. Сон. Правильная и неправильная осанка. Близорукость и дальнозоркость. Развитие физических качеств (сила, быстрота, выносливость). Малоподвижный образ жизни. Двигательная активность. Закаливание и закаливающие процедуры. Питание. Вода, белки, витамины, жиры, минеральные вещества, углеводы. Определение понятия «гигиена». Уход за зубами. Уход за кожей. Выбор одежды по сезону. Правила гигиены на каждый день.

Влияние вредных привычек на здоровье человека. Вред табакокурения и употребления спиртных напитков. Электронные сигареты. Негативное отношение к приему наркотических и токсикоманических веществ. Игромания. Компьютерная игровая зависимость. Профилактика вредных привычек.

Факторы, способствующие сбережению здоровья (правильное питание, закаливание организма). Факторы, разрушающие здоровье (долгое сидение за компьютером, избыточный вес). Физические, химические и социальные антропогенные факторы окружающей среды. Экологическая безопасность. Личная гигиена при занятиях туризмом. Правильный выбор одежды и обуви по сезону для участия в походе. Соблюдение правил личной гигиены в походе. Туризм как часть комплекса ГТО.

Понятия «эпидемия», «пандемия». Пандемия коронавируса. Правила профилактики коронавируса. Профилактика инфекционных заболеваний. Признаки инфекционных заболеваний животных.

Чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения. Понятия «эпифитотия». Признаки инфекционных заболеваний растений.

Защита населения от эпидемий, эпизоотий, эпифитотий. Благополучие человека и его здоровье. Индивидуальная модель здорового образа жизни.

Раздел № 4 «Безопасность в природной среде»

Однодневные и многодневные, местные и дальние туристские походы. Основные меры безопасности в туристских походах. Ориентирование по солнцу. Ориентирование по природным признакам. Ориентирование по местным признакам. Способы определения сторон горизонта по компасу, небесным светилам, карте.

Руководитель похода и его обязанности. Санитар и его обязанности. Состав аптечки первой помощи (походной аптечки). Туристское снаряжение в зависимости от вида похода.

Виды костров. Правила разведения костров.

Признаки приближающейся грозы. Безопасное поведение во время грозы.

Пеший поход. Ведущий турист. Замыкающий турист. Техника движения по равнинной и пересеченной местности. Устройство бивака.

Особенности снаряжения для лыжного похода. Организация движения лыжников во время похода.

Организация движения при подъеме и спуске во время горного похода.

Общий распорядок ходового дня. Особенности добровольного и вынужденного существования в природе. Факторы, способствующие и препятствующие выживанию при автономном существовании. Сооружение временного жилища при автономном существовании. Способы добывания огня. Съедобные растения, грибы, орехи. Очистка и обеззараживание воды. Средства аварийной сигнализации.

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

Раздел № 5 «Безопасность при чрезвычайных ситуациях природного характера»

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

Правила поведения на замерзшем водоеме. Безопасность при купании в водоемах летом.

Землетрясение. Наводнение. Ураган. Сель. Оползень. Правила поведения во время стихийных бедствий. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения

(землетрясение).

Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (извержения вулканов, оползни, обвалы). Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (ураганы и бури, смерчи). Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (наводнения, сели, цунами, снежные лавины). Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера.

Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары. Правила безопасности и защита населения.

Раздел № 6 «Безопасность при чрезвычайных ситуациях техногенного характера»

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

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

Понятие «гидродинамическая авария». Правила безопасного поведения в условиях гидродинамической аварии. Правила безопасности и защита населения.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ ВЫЖИВАНИЯ»

Личностные результаты:

Личностные результаты достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения. Способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности и проявляются в индивидуальных социально значимых качествах, которые выражаются прежде всего в готовности обучающихся к саморазвитию, самостоятельности, инициативе и личностному самоопределению; осмысленному ведению здорового и безопасного образа жизни и соблюдению правил экологического поведения; к целенаправленной социально значимой деятельности; принятию внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, к окружающим людям и к жизни в целом.

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета Основы выживания, должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на ее основе.

1. Патриотическое воспитание:

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

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; 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).

3. Духовно-нравственное воспитание:

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;

готовность оценивать свое поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства.

4. Эстетическое воспитание:

формирование гармоничной личности, формирование 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 языковой и читательской культурой как средством познания мира; овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия.

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

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 свое эмоциональное состояние и эмоциональное состояние других людей, умение 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 учетом личных и общественных интересов и потребностей.

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.

Метапредметные результаты:

1) регулятивные:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
- умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;

2) познавательные:

- овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;
- умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;

3) коммуникативные:

- умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;
- освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- умение работать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
- умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;
- формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

Предметные результаты:

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;
- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- формирование установки на здоровый и разумный образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение 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, включая экстремизм и терроризм, их последствий для личности, общества и государства;
- знание безопасного поведения в условиях опасных и ЧС, умение применять их на практике;
- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;

- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей

По окончании 5 класса обучаемый научится:

- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты; безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности;
- оказывать первую помощь при наружном кровотечении;
- оказывать первую помощь при ушибах.

По окончании 6 класса обучаемый научится:

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- 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;
- характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- оказывать первую помощь при растяжениях; при вывихах; при переломах; при ожогах;
- оказывать первую помощь при обморожениях; при отравлениях; при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых.

По окончании 7 класса обучаемый научиться:

- соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, пассажиров транспортных средств и велосипедистов);
- адекватно оценивать ситуацию на проезжей части и тротуаре с точки зрения пешехода и велосипедиста;
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира транспортного средства и (или) велосипедиста в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей);
- предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и своих возможностей.

По окончании изучения курса Основы выживания в 5-7 классах обучаемый получает возможность научиться:

- самостоятельно определять цели своего обучения и планировать пути их достижения, в том числе альтернативные в области безопасности жизнедеятельности для обеспечения личной безопасности в повседневной жизнедеятельности, в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- самостоятельно ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, осознанно выбирать наиболее эффективные способы их решения в области безопасности жизнедеятельности для обеспечения личной безопасности в повседневной жизнедеятельности, в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- самостоятельно соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- самостоятельно оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- использовать способы профилактики игромании;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;

- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- оказывать первую помощь при поражении электрическим током;
- организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками для достижения целей в ходе изучения основ безопасности жизнедеятельности;
- работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время моделирования возможных опасных и чрезвычайных ситуаций;
- слушать собеседника, понимать его точку зрения и признавать право другого человека на иное мнение при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- передавать содержание прослушанного, прочитанного текста в сжатом или развернутом виде при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- владеть устной и письменной речью, монологической и диалогической речью при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- осуществлять самостоятельный поиск, отбор и анализ необходимой информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий для решения учебных и познавательных задач;
- самостоятельно развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности в области безопасности жизнедеятельности для обеспечения личной безопасности в повседневной жизнедеятельности, в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 КЛАСС

| № п/п | Наименование разделов и тем программы | Количество часов | | | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|-------|---------------------------------------|------------------|-----------------|---------------------|--|
| | | Всего | Зачетные работы | Практические работы | |
| 1 | Раздел «Безопасность человека» | 24 | 3 | 11 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 https://m.edsoo.ru/7f41b590 |

| | | | | | |
|-------------------------------------|---|----|---|----|--|
| 2 | Раздел «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи» | 6 | 1 | 3 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 https://m.edsoo.ru/7f41b590 |
| 3 | Раздел «Основы здорового образа жизни» | 4 | 0 | 1 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 https://m.edsoo.ru/7f41b590 |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 34 | 4 | 15 | |

6 КЛАСС

| № п/п | Наименование разделов и тем программы | Количество часов | | | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|-------------------------------------|---|------------------|-----------------|---------------------|--|
| | | Всего | Зачетные работы | Практические работы | |
| 1 | Раздел «Безопасность в природной среде» | 23 | 5 | 14 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 https://m.edsoo.ru/7f41b590 |
| 2 | Раздел «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи» | 7 | 2 | 1 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 https://m.edsoo.ru/7f41b590 |
| 3 | Раздел «Основы здорового образа жизни» | 4 | 0 | 1 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 https://m.edsoo.ru/7f41b590 |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 34 | 7 | 16 | |

7 КЛАСС

| № п/п | Наименование разделов и тем программы | Количество часов | | | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|-------|---------------------------------------|------------------|-----------------|---------------------|---|
| | | Всего | Зачетные работы | Практические работы | |
| 1 | Раздел «Безопасность | 20 | 5 | 3 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 |

| | | | | | |
|-------------------------------------|---|----|---|---|--|
| | при чрезвычайных ситуациях природного характера» | | | | https://m.edsoo.ru/7f41b590 |
| 2 | Раздел «Безопасность при чрезвычайных ситуациях техногенного характера» | 11 | 3 | 2 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 https://m.edsoo.ru/7f41b590 |
| 3 | Раздел «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи» | 2 | 1 | 1 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 https://m.edsoo.ru/7f41b590 |
| 4 | Раздел «Основы здорового образа жизни» | 1 | 0 | 0 | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506 https://m.edsoo.ru/7f41b590 |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 34 | 9 | 6 | |

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 КЛАСС**

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Дата изуче- ния | Основные виды деятельности обучающихся | Электронные цифровые образовательны е ресурсы |
|----------|--|------------------|------------------------|----------------------------------|-----------------------|---|---|
| | | Все- го | Зачетн ые работы | Прак- тичес- кие работы | | | |
| 1 | Самое дорогое – жизнь. Дорога бывает опасной. Особенности города как среды обитания человека. | 1 | 0 | 0 | | <p><i>Знать:</i> - правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);</p> <p><i>Уметь:</i> соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);</p> <p>Учатся определять источники и зоны повышенной опасности в современном городе.</p> <p>Изучают правила безопасного поведения в этих зонах. Решают ситуационные задачи.</p> | |
| 2 | Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта). ПР Вызов службы защиты населения - №1 | 1 | 0 | 1 | | <p>Учатся различать службы обеспечения безопасности в соответствии с их предназначением.</p> <p>Приобретают навыки их вызова. Учатся правильно действовать по сигналу оповещения «Внимание всем!».</p> <p>Решают ситуационные задачи</p> | <p>Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac746</p> |
| 3 | Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире). ПР Расположение опасных мест в жилище (д.) - №2 Пожар. Поражающие | 1 | 0 | 1 | | <p>Учатся распознавать опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).</p> <p>Изучают меры безопасности в быту. Решают ситуационные</p> | <p>Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac746</p> |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|--|--|---|
| | факторы, причины. ПР План эвакуации - №3 | | | | | задачи. | |
| 4 | Безопасность при пожаре. Средства и способы тушения пожара в жилом помещении. Безопасный дом (проект) ТЗ №1 | 1 | 0 | 0 | | Изучают причины пожаров в жилых и общественных зданиях, правила безопасного поведения и способы эвакуации. Моделируют ситуации, требующие знания правил пожарной безопасности. Учатся правильно применять первичные средства пожаротушения. Решают ситуационные задачи. | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac84 |
| 5 | Затопление квартиры. ПР Расположение запорны х устройств (дом.) - №4 | 1 | 0 | 1 | | Изучают причины затопления дома (квартиры). Осваивают правила профилактики и порядок действий при затоплении. Решают ситуационные задачи. | |
| 6 | Электричество. ПР Замена перегоревшей лампы (дом.) - №5 | 1 | 0 | 1 | | Изучают и осваивают правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами. Решают ситуационные задачи | |
| 7 | Зачетная работа по теме «Пожарная безопасность» | 1 | 1 | 0 | | Проверка теоретических знаний по пожарной безопасности, практических навыков действия при эвакуации из здания по сигналу «Пожар», практические навыки пользования порошковым огнетушителем | |
| 8 | Опасные вещества и продукты питания. ПР Р Сроки годности лекарств | 1 | 0 | 1 | | Изучают и осваивают правила безопасного обращения со средствами бытовой химии, | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac8c2 |

| | | | | | | | |
|----|--|---|---|---|--|--|---|
| | (дом.) - №6 Профилактика пищевых отравлений. ПР Р Сроки хранения и годности продуктов(дом.) №7 | | | | | лекарственными препаратами и газовыми приборами, меры по профилактике пищевых отравлений. Изучают правила правильного хранения продуктов, узнают о признаках недоброкачественных продуктов. Знакомятся с мерами профилактики пищевых отравлений и ПМП при пищевых отравлениях. | |
| 9 | Взрыв и обрушение дома. Безопасность в нестандартных ситуациях. | 1 | 0 | 0 | | Приобретают знания о причинах взрывов и обрушений домов. Получают навыки безопасного поведения Осваивают правила безопасного поведения при встрече с незнакомой собакой, порядок действия в случае нападения животного. Решают ситуационные задачи. | |
| 10 | Зачетная работа по теме «Безопасность в быту» | 1 | 1 | 0 | | Проверка теоретических знаний по вопросам безопасности в быту. | |
| 11 | Организация дорожного движения, причины и последствия ДТП. ПР Дорожные знаки - №8 Безопасное поведение пешеходов и пассажиров. | 1 | 0 | 1 | | Осваивают правила безопасного поведения в нестандартных ситуациях Изучают основные положения Правил дорожного движения Осваивают правила безопасного поведения пешеходов и пассажиров. Решают ситуационные задачи | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5ead68c https://m.edsoo.ru/f5eaefa0 https://m.edsoo.ru/f5eaf78e |
| 12 | Экскурсия по улицам села, | 1 | 0 | 0 | | Практическое применение | |

| | | | | | | | |
|----|--|---|---|---|--|---|---|
| | изучение дорожных знаков, переход через проезжую часть | | | | | правил дорожного движения при передвижении по улицам и дорогам. | |
| 13 | Безопасность в общественном транспорте. Безопасность в автомобиле | 1 | 0 | 0 | | Осваивают правила безопасного поведения при аварийных ситуациях в автобусе, троллейбусе, метро Осваивают правила безопасного поведения при аварийных ситуациях в автомобиле | |
| 14 | Железнодорожный транспорт. <i>Игра</i> «Вот это поездка!» Авиационный транспорт. | 1 | 0 | 0 | | Осваивают правила безопасного поведения при авариях на железнодорожном транспорте Осваивают правила безопасного поведения в салоне самолета и при аварийных ситуациях на авиационном транспорте | |
| 15 | Морской и речной транспорт. Транспорт будущего (РИСУНОК) ТЗ №2 | 1 | 0 | 0 | | Осваивают правила безопасного поведения при аварийных ситуациях на морском и речном транспорте. Решают ситуационные задачи | |
| 16 | Психологические основы самозащиты. Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде ПР Р Приемы самообороны - №9 | 1 | 0 | 1 | | Вырабатывают у себя психологические качества уверенного человека Учатся правильно действовать при возникновении ситуаций криминогенного характера в доме, квартире и подъезде. Решают ситуационные задачи | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8 |
| 17 | Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства. Правила | 1 | 0 | 0 | | Учатся правильно действовать в криминогенных ситуациях на улице и не допускать в | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb038c |

| | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|--|---|---|
| | поведения при захвате в заложники. | | | | | отношении себя опасных домогательств Осваивают правила поведения при захвате в заложники и меры по предотвращению таких захватов. Решают ситуационные задачи | |
| 18 | ПР «Действия при угрозе захвата в заложники» | 1 | 0 | 1 | | Проверка теоретических знаний при угрозе захвата заложников и при захвате в заложники. Отработка навыков действия при угрозе захвата в заложники. | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb6192 |
| 19 | Загрязнение воды. Загрязнение воздуха. Загрязнение почвы. Чистое село. | 1 | 0 | 0 | | Учатся оценивать состояние окружающей среды, планировать и выполнять мероприятия по защите здоровья в местах с неблагоприятной экологической обстановкой | |
| 20 | ПР «Получение чистой воды в полевых условиях» | 1 | 0 | 1 | | Практическая работа по получению питьевой воды в походных условиях: фильтрация, кипячение, испарение и конденсация | |
| 21 | Фильтрующие противогазы. Пользование противогазом. ПР Р Правила подбора противогаза, определение размера (роста) шлеммаски, подготовка противогаза к работе - №10 | 1 | 0 | 0 | | Изучают назначение и устройство гражданских и детских противогазов | |
| 22 | ПР Одевание противогаза по команде «Газы», смена шлеммаски, фильтрующей | 1 | 0 | 1 | | Отработка навыков по подбору противогаза, одевание по команде «Газы», использование | |

| | | | | | | | |
|----|--|---|---|---|--|---|---|
| | коробки при неисправности | | | | | <p>неисправного противогаза. Раскрывают понятие «первая помощь» и её содержание. Анализируют универсальный алгоритм оказания первой помощи. Характеризуют назначение и состав аптечки первой помощи. Вырабатывают навыки действий при оказании первой помощи в различных ситуациях. Характеризуют приёмы психологической поддержки пострадавшего. Моделируют реальные ситуации и решают ситуационные задачи</p> | |
| 23 | ПР «Надевание противогаза по команде «Газы» на пострадавшего | 1 | 0 | 1 | | Отработка навыков по надеванию противогаза на пострадавшего | |
| 24 | Зачет по теме «Фильтрующие противогазы» | 1 | 1 | 0 | | Проверка теоретических навыков и практических умений пользования фильтрующим противогазом | |
| 25 | Виды ранений, их причины и первая помощь. Общая характеристика кровотечений. | 1 | 0 | 0 | | Приобретают знания об основных видах ранений, их причинах и правилах оказания первой помощи. Получают знания о видах кровотечений и их особенностях. Решают ситуационные задачи. | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb3384 |
| 26 | Первая помощь при кровотечении. ПР Р Оказание ПМП при кровотечениях - №11 | 1 | 0 | 1 | | Учатся останавливать кровотечения, применяя различные способы в зависимости от вида кровотечения и места травмы | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacc82 |
| 27 | ПР «Наложение повязок стерильной и давящей» | 1 | 0 | 1 | | Отработка по оказанию первой помощи при кровотечениях | |
| 28 | ПР «Способы остановки | 1 | 0 | 1 | | Отработка по оказанию первой | |

| | | | | | | | |
|-------------------------------------|---|----|---|----|--|--|---|
| | кровотечения» | | | | | помощи при кровотечениях | |
| 29 | Состав аптечки и использование её содержимого при оказании первой помощи. | 1 | 0 | 0 | | Отработка практических навыков по использованию содержимого медицинской аптечки | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb37ee |
| 30 | Зачет по теме «Оказание первой помощи пострадавшему» | 1 | 1 | 0 | | Проверка теоретических знаний и практических умений по оказанию первой помощи пострадавшему. | |
| 31 | Движение и здоровье. ПР Р Комплекс утренней гимнастики - №12 | 1 | 0 | 1 | | Объясняют значение двигательной активности для укрепления здоровья | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb279a |
| 32 | Нарушения осанки и причины их возникновения. | 1 | 0 | 0 | | Получают представление о видах, причинах и последствиях нарушения осанки. Учатся предупреждать нарушения осанки | |
| 33 | Телевизор и компьютер — друзья или враги? | 1 | 0 | 0 | | Учатся соблюдать правила безопасности при просмотре телепередач и при пользовании компьютером | |
| 34 | Развитие и изменение организма в вашем возрасте. | 1 | 0 | 0 | | Получают представление о закономерностях развития организма в подростковом возрасте. Учатся правильно выполнять гигиенические мероприятия по уходу за своим телом | |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 34 | 4 | 15 | | | |
| | | | | | | | |

6 КЛАСС

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Дата изучения | Основные виды деятельности обучающихся | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|-------|--|------------------|-----------------|---------------------|---------------|---|---|
| | | Всего | Зачетные работы | Практические работы | | | |
| 1 | Самое дорогое – жизнь. Дорога и пешеход. | 1 | 0 | 0 | | Осваивают понятия: дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Разбирают основные причины дорожно-транспортных происшествий. Дорога и ее составные части. Дорожная разметка и дорожные знаки, их характеристика. Сигналы светофора и регулировщика. | |
| 2 | ЭС в природе и причины их возникновения. Факторы выживания в природных условиях. Стрессоры выживания. | 1 | 0 | 0 | | Получают представление о стихийных бедствиях, экстремальных ситуациях в природных условиях и их причинах Получают представление о факторах и стрессорах выживания. Учатся преодолевать стрессоры выживания | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb14e4 |
| 3 | Психологические основы выживания на природе. Страх - главный психологический враг ПР «Тренировка внимания и памяти - №1» | 1 | 0 | 1 | | Получают представление о психических познавательных процессах. Учатся управлять психическими познавательными процессами в экстремальных условиях и вырабатывать у себя | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb14e4 |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|--|---|--|
| | | | | | | <p>психологическую установку на выживание</p> <p>Получают представление о страхе и паническом поведении. Приобретают навыки по формированию волевых качеств, необходимых для преодоления страха.</p> <p>Решают ситуационные задачи.</p> | |
| 4 | Зачетная работа по теме «Экстремальные ситуации» | 1 | 1 | 0 | | Проверяют теоретические знания необходимые для действия в экстремальных ситуациях | |
| 5 | Подготовка к походу и поведение в природных условиях. Маршруты нашего села (Топографический план) ТЗ №1 | 1 | 0 | 1 | | Приобретают навыки, связанные с подготовкой к походу. Учатся правильно выполнять правила безопасности в природных условиях | |
| 6 | ПР «Чтение топографической карты-схемы» | 1 | 0 | 1 | | Читают топографические, географические карты, ориентируют карту по компасу, ориентируют карту по местности. Ориентируются по карте. | |
| 7 | Надежные одежда и обувь. | 1 | | 0 | | Учатся подбирать одежду и обувь для похода и правильно ухаживать за ними в походных условиях | |
| 8 | Поведение в ЭС в природных условиях. Действия при потере ориентировки. | 1 | 1 | 0 | | Изучают правила поведения в экстремальных ситуациях в природной среде Учатся правильно действовать при потере ориентировки и отставании от группы Решают ситуационные задачи. | <p>Библиотека ЦОК</p> <p>https://m.edsoo.ru/f5eb14e4</p> |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|--|
| 9 | Способы ориентирования и определение направления движения. ПР «Определение сторон света разными способами №2» | 1 | 0 | 1 | Обучаются определять стороны света различными способами и двигаться по азимуту |
| 10 | ПР «Ориентирование по карте, ориентирование по компасу» | 1 | 1 | 0 | Работают на местности по ориентированию по карте, по компасу, определяют направление движения, определяют расстояния до предмета по карте и на местности. |
| 11 | Техника движения в природных условиях. | 1 | 0 | 0 | Знакомятся с техникой передвижения по различной местности, переправы через водоемы и преодоления болот |
| 12 | Сооружение жилища, добыча и сохранение огня. Надежное укрытие (ПРОЕКТ, рисунок) ТЗ №2 | 1 | 0 | 1 | Получают представление о видах временных жилищ и способах их возведения. Учатся выбирать место для костра, добывать огонь и разводить костер, соблюдая правила пожарной безопасности |
| 13 | Обеспечение питанием и водой ПР Сбор воды с ветки растения №3 Поиск и приготовление пищи. Лесное меню ТЗ №3 | 1 | 0 | 1 | Получают представление и навыки добывания воды и пищи в условиях автономного существования Приобретают знания и получают навыки приготовления пищи в полевых условиях |
| 14 | ПР «Спортивное ориентирование» | 1 | 0 | 1 | Работают на местности по нахождению КП указанных на карте, движутся по азимуту, по компасу, по карте |

| | | | | | | | |
|----|--|---|---|---|--|--|---|
| 15 | Особенности походов разных видов. | 1 | 0 | 0 | | Приобретают знания и получают навыки приготовления пищи в полевых условиях Решают ситуационные задачи. | |
| 16 | Безопасность на водоемах в различное время года. | 1 | 0 | 0 | | Изучают правила безопасного поведения на водоемах летом и зимой | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb1da4 |
| 17 | Сигналы бедствия. | 1 | 1 | 0 | | Изучают правила передачи сигналов бедствия. Получают практические навыки в изготовлении и применении простейших сигнальных средств | |
| 18 | Факторы, влияющие на безопасность при туризме. Акклиматизация организма. Вот бы там побывать! ТЗ №4 «ИП Мое путешествие» | 1 | 0 | 1 | | Получают представление о факторах, влияющих на безопасность туризма. Изучают правила безопасного поведения туристов в зарубежных и внутренних поездках Изучают влияние смены различных климатогеографических условий на состояние человека и основные правила адаптации к этим условиям Решают ситуационные задачи. | |
| 19 | Знакомство с ИП «Моё путешествие» | 1 | 0 | 0 | | Защищают индивидуальные проекты «Моё путешествие» | |
| 20 | Коллективные и индивидуальные средства защиты. ПР Пользование противогазом №4 | 1 | 0 | 0 | | Получают представление о видах защитных сооружений, их устройстве и порядке заполнения. Изучают правила поведения в убежище и пользования поврежденным противогазом | |

| | | | | | | | |
|----|--|---|---|---|--|---|---|
| 21 | <p>ПР «Использование противогаза по команде «Газы», надевание противогаза пострадавшего, замена шлеммаски и фильтрующей коробки при неисправности»</p> | 1 | 0 | 1 | | <p>Отрабатывают навыки пользования фильтрующим противогазом, надевание на себя, на пострадавшего, замена неисправных частей противогаза.</p> | |
| 22 | <p>Правила поведения при захвате террористами. Взрывы в местах массового скопления людей.</p> | 1 | 0 | 0 | | <p>Изучают правила безопасного поведения людей, захваченных в качестве заложников в различных транспортных средствах Изучают признаки, указывающие на возможную установку взрывного устройства, правила поведения при обнаружении этих признаков, при непосредственной угрозе взрыва и после взрыва</p> | <p>Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb6192</p> |
| 23 | <p>ПР «Действия при угрозе захвата в заложники. Действия при захвате в заложники»</p> | 1 | 1 | 0 | | <p>Отрабатывают действия при угрозе и захвате в заложники в общественном здании.</p> | <p>Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb6192</p> |
| 24 | <p>Средства оказания ПМП. Зеленая аптека ТЗ №5 ПМП при укусах насекомых и змей. ПР Оказание ПМП №5</p> | 1 | 0 | 0 | | <p>Учатся правильно комплектовать походную аптечку средствами оказания первой помощи и при необходимости оказывать первую помощь, используя лекарственные растения. Учатся оказывать первую помощь при укусах насекомых и змей</p> | |

| | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|--|--|---|
| 25 | ПР «Наложение различных видов повязок» | 1 | 0 | 1 | | Отрабатывают действия по наложению повязок различного назначения на пострадавшего Решают ситуационные задачи. | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb3384 |
| 26 | Ожоги кожи. Тепловые и солнечные удары. ПР Р Оказание ПМП №6 | 1 | 0 | 1 | | Изучают термические и солнечные ожоги, их воздействие на организм человека. Учатся оказывать первую помощь при термических и солнечных ожогах Получают представление о тепловом и солнечном ударе. Изучают правила профилактики и оказания первой помощи | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacc82 |
| 27 | Охлаждения и обморожения. Зачетная работа «Ожоги и обморожения» | 1 | 1 | 0 | | Приобретают знания о причинах и признаках обморожения и общем охлаждении организма. Учатся правильно оказывать первую помощь | |
| 28 | Первая помощь утопающему. ПР Р Оказание ПМП №7 | 1 | 0 | 1 | | Учатся оказывать ПМП помощь при утоплении Решают ситуационные задачи. | |
| 29 | Закрытые травмы. Способы переноски пострадавшего. | 1 | 0 | 0 | | Получают представление о видах и признаках закрытых травм. Учатся оказывать первую помощь при закрытых травмах. Обучаются различным способам переноски пострадавших с использованием подручных средств | |
| 30 | ПР «Оказание первой | 1 | 0 | 1 | | Отрабатывают действия по | |

| | | | | | | | |
|-------------------------------------|--|----|---|----|--|---|--|
| | помощи пострадавшему и его переноска» | | | | | наложению шин при открытых и закрытых переломах. | |
| 31 | Правильное питание – основа ЗОЖ. ПР Калорийность моего рациона №8 | 1 | 1 | 0 | | Получают представление об основах правильного питания Решают ситуационные задачи. | |
| 32 | Значение белков, жиров и углеводов Идеальное меню ТЗ №6 | 1 | 0 | 1 | | Приобретают знания о значении белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных веществ для организма человека | |
| 33 | Квест-игра «Способы ориентирования» | 1 | 0 | 1 | | Отрабатывают навыки и повторяют знания полученные при изучении курса «Основы выживания» | |
| 34 | Игра по станциям «День защиты детей» | 1 | 0 | 1 | | Отрабатывают навыки и повторяют знания полученные при изучении курса «Основы выживания» | |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 34 | 7 | 16 | | | |
| | | | | | | | |

7 КЛАСС

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Дата изучения | Основные виды деятельности обучающихся | Электронные цифровые образовательные ресурсы |
|-------|--|------------------|-----------------|---------------------|---------------|---|--|
| | | Всего | Зачетные работы | Практические работы | | | |
| 1 | Самое дорогое – жизнь. Дорога бывает опасной. | 1 | 0 | 0 | | Знают правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, | |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|--|--|---|
| | | | | | | велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств); Умеют соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств); | |
| 2 | Понятие о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера и их классификация. Причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера и защита от них. | 1 | 0 | 0 | | Знают классификацию ЧС природного явления, организацию защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Владеют навыками поведения в чрезвычайных ситуациях по сигналу «Внимание всем!». | |
| 3 | Происхождение классификация и оценка землетрясений. Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь. Правила безопасного поведения при землетрясениях. | 1 | 1 | 0 | | Изучают причины возникновения, классификацию землетрясений, основные характеристики и поражающие факторы землетрясений и способах их оценки. Используют полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности. Знают о последствиях землетрясений, мерах по уменьшению правила безопасного поведения при землетрясении. Умеют предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления. Решают ситуационные задачи. | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb23a8 |
| 4 | Общее понятие о вулканах. Меры по уменьшению потерь от извержения вулканов. | 1 | 0 | 1 | | Знают причины возникновения и поражающие факторы извержения вулканов. Правила безопасного поведения при извержении вулканов. Используют полученные знания и | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb23a8 |

| | | | | | | | |
|----|--|---|---|---|--|---|---|
| | | | | | | умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности. предвидят потенциальные опасности и правильно действуют в случае их наступления. Решают ситуационные задачи. | |
| 5 | Оползни. Сели (селевые потоки). Обвалы. Снежные лавины | 1 | 0 | 0 | | Знают причины возникновения оползней, селей, обвалов, лавин. Используют полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности. | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb1ac0 |
| 6 | Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин. | 1 | 0 | 0 | | Знают причины возникновения оползней, селей, обвалов, лавин. Используют полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности. | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb1ac0 |
| 7 | Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин. | 1 | 1 | 0 | | Знают причины возникновения оползней, селей, обвалов, лавин. Используют полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности. Решают ситуационные задачи. | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb1ac0 |
| 8 | Происхождение ураганов, бурь и смерчей. | 1 | 0 | 0 | | Имеют представление о причинах возникновения ураганов, бурь, смерчей. Знают классификацию ураганов, бурь и смерчей. Используют полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности. | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb222c |
| 9 | Классификация ураганов, бурь и смерчей. | 1 | 0 | 0 | | Имеют представление о причинах возникновения ураганов, бурь, смерчей. Знают классификацию ураганов, бурь и смерчей. Используют полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности. | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb222c |
| 10 | Последствия ураганов, бурь и смерчей и меры по | 1 | 0 | 0 | | Знают основные мероприятия по защите населения от ураганов, | Библиотека ЦОК |

| | | | | | | | |
|----|--|---|---|---|--|--|---|
| | уменьшению ущерба от них. | | | | | бурь, смерчей и их последствий. Владеют навыками выполнения мероприятий по защите от ураганов, бурь, смерчей. | https://m.edsoo.ru/f5eb222c |
| 11 | Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей. | 1 | 1 | 1 | | Знают основные мероприятия по защите населения от ураганов, бурь, смерчей и их последствий. Владеют навыками выполнения мероприятий по защите от ураганов, бурь, смерчей. Решают ситуационные задачи | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb222c |
| 12 | Виды наводнений. Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них. | 1 | 0 | 0 | | Имеют представление о происхождении наводнений и причинах возникновения. Используют полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности. | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb209c |
| 13 | Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений. | 1 | 0 | 0 | | Знают последствия наводнений и основные мероприятия по защите населения от них. Владеют навыками выполнения мероприятий по защите от наводнений. Решают ситуационные задачи. | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb209c |
| 14 | Причины и классификация цунами. Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них. | 1 | 0 | 0 | | Знают причины возникновения цунами и их характеристику. Умеют предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления. | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb209c |
| 15 | Правила безопасного поведения при цунами. | 1 | 1 | 0 | | Знают причины возникновения цунами и их характеристику. Умеют предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления. | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb209c |
| 16 | Причины природных пожаров и их классификация. Последствия природных пожаров и способы их | 1 | 0 | 0 | | Знают причины возникновения и классификацию природных пожаров. Поражающие факторы природных пожаров и способы их | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb0efe |

| | | | | | | | |
|----|--|---|---|---|--|--|---|
| | тушения. | | | | | тушения. Умеют предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления. | |
| 17 | Предупреждение лесных и торфяных пожаров. Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожара и при его тушении. | 1 | 0 | 0 | | Знают основные мероприятия по предупреждению природных пожаров. Способы оповещения о лесных и торфяных пожарах. Имеют представление о последствиях лесных и торфяных пожаров. Выполнения мероприятий по защите от лесных и торфяных пожаров. Решают ситуационные задачи. | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb0efe |
| 18 | Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии. Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений. | 1 | 1 | 0 | | Знают классификацию эпидемий, эпизоотий и эпифитотий. мероприятия по предупреждению инфекционных заболеваний людей, животных и растений. Имеют представление о происхождении и последствиях инфекционных заболеваний людей, животных и сельскохозяйственных культур, соблюдают правила личной гигиены в повседневной жизни. | |
| 19 | Человек и стихия. Характер и темперамент. | 1 | 0 | 1 | | Различают особенности психологических процессов и свойств мышления человека при оценке ситуации, угрожающей здоровью и жизни. Знают влияние и способы повышения психологической подготовленности человека на поведение в опасных и экстремальных ситуациях. Знают типы темперамента человека и его характеристики. Понимают влияние темперамента на характер человека. | |

| | | | | | | | |
|----|--|---|---|---|--|---|---|
| | | | | | | Оценивают влияние характера на поведение в опасных и экстремальных ситуациях. | |
| 20 | Психологические особенности поведения человека при стихийных бедствиях. | 1 | 0 | 0 | | Понимают о возникновении страха и паники при стихийном бедствии, их признаки и влияние на психику человека. Знают рекомендации психологической подготовки к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природного характера. | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb3078 |
| 21 | Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах. Общие сведения о взрыве и пожаре. Классификация пожаров. | 1 | 0 | 0 | | Знают и приводят примеры пожаро- и взрывоопасных объектов, понятие пожар, авария и взрыв. Классифицируют пожары по внешним признакам, по месту возникновения, по масштабам и интенсивности, по времени прибытия пожарных подразделений. | |
| 22 | Причины пожаров и взрывов, их последствия. Опасные факторы пожаров. | 1 | 0 | 0 | | Знают и приводят примеры причины пожаров и взрывов, называют и прогнозируют последствия пожаров и способы уменьшения потерь от пожаров. Называют опасные факторы пожаров, знают материалы, которые выделяют отравляющие вещества. Могут применять индивидуальные средства защиты от поражающих факторов пожара. Решают ситуационные задачи. | |
| 23 | Поражающие факторы взрывов. Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах. | 1 | 1 | 0 | | Называют поражающие факторы взрывов. Знают правила поведения при пожарах и взрывах. Решают ситуационные задачи. | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb65c0 |
| 24 | Виды аварий на химически опасных объектах. | 1 | 1 | 0 | | Знают и классифицируют аварии на химически опасных объектах. | |

| | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|--|---|---|
| | Аварийно-химически опасные вещества и их поражающее действие на организм человека. | | | | | Знают химические отравляющие вещества и их поражающее действие. могут действовать при угрозе химического заражения местности. Решают ситуационные задачи. | |
| 25 | Причины и последствия аварий на химически опасных объектах. Защита населения от аварийно-химически опасных веществ. | 1 | 0 | 0 | | Знают причины и прогнозируют последствия аварий на химически опасных объектах. Умеют защитить себя и своих близких от химически опасных веществ. Решают ситуационные задачи. | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb644e |
| 26 | Правила безопасного поведения при авариях с выбросом аварийно-химически опасных веществ. | 1 | 0 | 1 | | Изучают правила безопасного поведения при авариях с выбросом аварийно-химически опасных веществ. Прогнозируют развитие ситуации и способы уменьшения потерь от указанных аварий. | |
| 27 | Радиация вокруг нас. Аварии на радиационно опасных объектах. | 1 | 0 | 0 | | Изучают понятие радиации, радиационного фона, естественной радиации.. | |
| 28 | Последствия радиационных аварий. Защита от радиационных аварий. | 1 | 1 | 0 | | Понимают опасность от радиационных аварий. Знают способы защиты от радиации. Умеют применять индивидуальные средства защиты и правила поведения в ПРУ. | |
| 29 | Аварии на гидродинамически опасных объектах, их причины и последствия. Защита от гидродинамических аварий. | 1 | 0 | 0 | | Знают определение гидротехнического сооружения. Изучают и знают причины аварий на гидротехнических сооружениях. Изучают последствия от аварий на гидротехнических сооружениях и знают способы уменьшения потерь. Решают ситуационные задачи | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb644e |
| 30 | Автомобильные аварии и | 1 | 0 | 1 | | Изучают понятия автомобильных | |

| | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|--|---|--|
| | катастрофы. Безопасное поведение на дорогах велосипедистов и водителей мопедов. | | | | | аварий и катастроф, умеют их разделять по соответствующим признакам. Изучают безопасное поведение на дорогах водителей велосипедов и мопедом, а также СИМ. Правила пересечения проезжей части. | |
| 31 | Изменение состава атмосферы (воздушной среды). Изменение состояния гидросферы (водной среды). Изменение состояния суши (почвы). | 1 | 0 | 0 | | Изучают и знают причины изменения состава атмосферы, гидросферы и почвы. Понимают проблему экологической обстановки и способы уменьшения загрязнения планеты. Решают ситуационные задачи. | |
| 32 | Правила наложения повязок. Первая помощь при переломах, переноска пострадавших. | 1 | 0 | 1 | | Знают виды перевязочных материалов и правила наложения повязок. Особенности открытых и закрытых переломов. Используют приобретенные знания в повседневной жизни. Умеют накладывать шины и переносить пострадавших. Решают ситуационные задачи. | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb3384 https://m.edsoo.ru/f5eacc82 |
| 33 | Первая помощь при поражении аварийно-химически опасными веществами. Первая помощь при бытовых отравлениях. | 1 | 1 | 0 | | Изучают правила оказания первой помощи при поражении АХОВ, знают порядок оказания первой помощи и используемые препараты. Изучают порядок оказания первой помощи при отравлениях. | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb279a |
| 34 | Режим – необходимое условие здорового образа жизни. Профилактика переутомления и содержание режима дня. | 1 | 0 | 0 | | Знают о режиме труда и отдыха как необходимом условии жизни, обеспечивающем укрепление и сохранение здоровья. Принципы и содержание режима дня подростка. Используют полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности. | Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb2d94 |

| | | | | | | | |
|--|----|---|----|--|--|-----------------------------|--|
| | | | | | | Решают ситуационные задачи. | |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | 34 | 4 | 15 | | | | |
| | | | | | | | |

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

- Основы безопасности жизнедеятельности: 5-й класс: учебник: / Б.О. Хренников, Н.В. Гололобов, Л.И. Льяная, М.В. Маслов; под ред. С.Н. Егорова. – 3-е изд., перераб. – Москва: Просвещение, 2023. – 239, [1] с.:ил.
- Основы безопасности жизнедеятельности: 6-й класс: учебник: / Б.О. Хренников, Н.В. Гололобов, Л.И. Льяная, М.В. Маслов; под ред. С.Н. Егорова. – 3-е изд., перераб. – Москва: Просвещение, 2023. – 239, [1] с.:ил.
- Основы безопасности жизнедеятельности: 7-й класс: учебник: / Б.О. Хренников, Н.В. Гололобов, Л.И. Льяная, М.В. Маслов; под ред. С.Н. Егорова. – 3-е изд., перераб. – Москва: Просвещение, 2023. – 239, [1] с.:ил.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Учи.ру

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://uchi.ru/>

<https://www.youtube.com/>

<http://обж.рф/>