

РАССМОТРЕНО

На заседании МО  
учителей физической  
культуры

Бабенко А.В.

Протокол №1

от «25» 08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР

Кочеткова Е.А.

«28» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

МБОУ «СОШ №4»

Попова Н.Л.

«29» 08 2023 г.

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

для обучающихся 5-7 классов

## Пояснительная записка 5-7 класс

**Рабочая программа** курса «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) для учащихся 5-7 х классов МБОУ «СОШ №4» **разработана на основе:**

1. Федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования
2. Основной образовательной программы основного среднего образования МБОУ «СОШ №4» г. Михайловска
3. Авторской комплексной программы «Основы безопасности жизнедеятельности» под общей редакцией А.Т.Смирнова (авторы: А.Т.Смирнов и Б.О.Хренников, Москва, «Просвещение», 2018 г.)
4. Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в ОУ
5. Учебного плана МБОУ «СОШ №4»;
6. Годового учебного календарного графика на текущий учебный год;
7. Учебно-методического комплекса

Рабочая программа рассчитана на 34 часа учебного времени в год (количество учебных часов в неделю – 1). В общее количество часов входят часы для проведения контрольных, практических работ, экскурсий, исследований и т.п.

**Целью изучения школьного курса ОБЖ** — обеспечить повышение общего уровня культуры всего населения страны в области безопасности жизнедеятельности и добиться снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства.

### **Планируемые результаты освоения рабочей программы курса ОБЖ**

#### **Личностные, предметные и метапредметные результаты обучения:**

1. Личностные результаты освоения основной образовательной программы:
  1. Российская гражданская идентичность (патриотизм, уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России, чувство ответственности и долга перед Родиной, идентификация себя в качестве гражданина России, субъективная значимость использования русского языка и языков народов России, осознание и ощущение личностной сопричастности судьбе российского народа). Осознание этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества (идентичность человека с российской многонациональной культурой, сопричастность истории народов и государств, находившихся на территории современной России); интериоризация гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира.
  2. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; готовность и

способность осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов.

3. Сформированность ответственного отношения к учению; уважительного отношения к труду, наличие опыта участия в социально значимом труде. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

4. Сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.

5. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания (идентификация себя как полноправного субъекта общения, готовность к конструированию образа партнера по диалогу, готовность к конструированию образа допустимых способов диалога, готовность к конструированию процесса диалога как конвенционирования интересов, процедур, готовность и способность к ведению переговоров).

6. Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах. Участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей.

7. Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.

8. Развитость эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера (эстетическое, эмоционально-ценностное видение окружающего мира; способность к эмоционально-ценностному освоению мира, самовыражению и ориентации в художественном и нравственном пространстве культуры; уважение к истории культуры своего Отечества, выраженной в том числе в понимании красоты человека; потребность в общении с художественными произведениями, сформированность активного отношения к традициям художественной культуры как смысловой, эстетической и личностно-значимой ценности).

9. Сформированность основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях (готовность к исследованию природы, к занятиям сельскохозяйственным трудом, к художественно-эстетическому отражению природы, к занятиям туризмом, в том числе экотуризмом, к осуществлению природоохранной деятельности).

## 2. Метапредметные результаты освоения ООП

### Межпредметные понятия

Условием формирования межпредметных понятий, таких, как система, факт, закономерность, феномен, анализ, синтез является овладение обучающимися основами читательской компетенции, приобретение навыков работы с информацией, участие в проектной деятельности. В основной школе на всех предметах будет продолжена работа по формированию и развитию **основ читательской компетенции**. Обучающиеся овладеют чтением как средством осуществления своих дальнейших планов: продолжения образования и самообразования, осознанного планирования своего актуального и перспективного круга чтения, в том числе досугового, подготовки к трудовой и социальной деятельности. У выпускников будет сформирована потребность в систематическом чтении как средстве познания мира и себя в этом мире, гармонизации отношений человека и общества, создании образа «потребного будущего».

При изучении учебных предметов обучающиеся усовершенствуют приобретенные на первом уровне **навыки работы с информацией** и пополнят их. Они смогут работать с текстами, преобразовывать и интерпретировать содержащуюся в них информацию, в том числе:

- систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах;

- выделять главную и избыточную информацию, выполнять смысловое свертывание выделенных фактов, мыслей; представлять информацию в сжатой словесной форме (в виде плана или тезисов) и в наглядно-символической форме (в виде таблиц, опорных конспектов);

- заполнять и дополнять таблицы, схемы, диаграммы, тексты.

В ходе изучения всех учебных предметов обучающиеся **приобретут опыт проектной деятельности** как особой формы учебной работы, способствующей воспитанию самостоятельности, инициативности, ответственности, повышению мотивации и эффективности учебной деятельности; в ходе реализации исходного замысла на практическом уровне овладеют умением выбирать адекватные стоящей задаче средства, принимать решения, в том числе и в ситуациях неопределенности. Они получают возможность развить способность к разработке нескольких вариантов решений, к поиску нестандартных решений, поиску и осуществлению наиболее приемлемого решения.

В соответствии с ФГОС ООО выделяются три группы универсальных учебных действий: регулятивные, познавательные, коммуникативные.

### Регулятивные УУД

Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. Обучающийся сможет:

- анализировать существующие и планировать будущие образовательные

результаты;

- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;
- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
- формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности;
- обосновывать целевые ориентиры и приоритеты ссылками на ценности, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов.

Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

- определять необходимые действие(я) в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения;
- обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;
- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);
- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;
- составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования);
- определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения;
- описывать свой опыт, оформляя его для передачи другим людям в виде технологии решения практических задач определенного класса;
- планировать и корректировать свою индивидуальную образовательную траекторию.

Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. Обучающийся сможет:

- определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;
- систематизировать (в том числе выбирать приоритетные) критерии планируемых результатов и оценки своей деятельности;
- отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;

- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;
- находить достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации и/или при отсутствии планируемого результата;
- работая по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта/результата;
- сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. Обучающийся сможет:

- определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;
- анализировать и обосновывать применение соответствующего инструментария для выполнения учебной задачи;
- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и способы действий;
- оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;
- фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной. Обучающийся сможет:

- наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе взаимопроверки;
- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы;
- принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность;
- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;
- демонстрировать приемы регуляции психофизиологических/ эмоциональных состояний для достижения эффекта успокоения (устранения эмоциональной напряженности), эффекта восстановления (ослабления проявлений утомления), эффекта активизации (повышения психофизиологической реактивности).

### **Познавательные УУД**

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

- подбирать слова, соподчиненные ключевому слову, определяющие его признаки и свойства;
- выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и

соподчиненных ему слов;

- выделять общий признак двух или нескольких предметов или явлений и объяснять их сходство;
- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;
- выделять явление из общего ряда других явлений;
- определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;
- строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом общие признаки;
- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
- вербализовать эмоциональное впечатление, оказанное на него источником;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной и исследовательской деятельности (приводить объяснение с изменением формы представления; объяснять, детализируя или обобщая; объяснять с заданной точки зрения);
- выявлять и называть причины события, явления, в том числе возможные / наиболее вероятные причины, возможные последствия заданной причины, самостоятельно осуществляя причинно-следственный анализ;
- делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения, подтверждать вывод собственной аргументацией или самостоятельно полученными данными.

Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

- обозначать символом и знаком предмет и/или явление;
- определять логические связи между предметами и/или явлениями, обозначать данные логические связи с помощью знаков в схеме;
- создавать абстрактный или реальный образ предмета и/или явления;
- создавать вербальные, вещественные и информационные модели с выделением существенных характеристик объекта для определения способа решения задачи в соответствии с ситуацией;
- преобразовывать модели с целью выявления общих законов, определяющих данную предметную область;
- строить схему, алгоритм действия, исправлять или восстанавливать неизвестный ранее алгоритм на основе имеющегося знания об объекте, к которому применяется алгоритм;
- анализировать/рефлексировать опыт разработки и реализации учебного проекта, исследования (теоретического, эмпирического) на основе предложенной проблемной ситуации, поставленной цели и/или заданных критериев оценки продукта/результата.

Смысловое чтение. Обучающийся сможет:

- находить в тексте требуемую информацию (в соответствии с целями своей деятельности);
- ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст;
- устанавливать взаимосвязь описанных в тексте событий, явлений, процессов;
- резюмировать главную идею текста;
- критически оценивать содержание и форму текста.

Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации. Обучающийся сможет:

- определять свое отношение к природной среде;
- анализировать влияние экологических факторов на среду обитания живых организмов;
- проводить причинный и вероятностный анализ экологических ситуаций;
- прогнозировать изменения ситуации при смене действия одного фактора на действие другого фактора;
- распространять экологические знания и участвовать в практических делах по защите окружающей среды;
- выражать свое отношение к природе через рисунки, сочинения, модели, проектные работы.

Развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем. Обучающийся сможет:

- определять необходимые ключевые поисковые слова и запросы;
- осуществлять взаимодействие с электронными поисковыми системами, словарями;
- формировать множественную выборку из поисковых источников для объективизации результатов поиска;
- соотносить полученные результаты поиска со своей деятельностью.

### **Коммуникативные УУД**

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. Обучающийся сможет:

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- играть определенную роль в совместной деятельности;
- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;
- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;



- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);
- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;
- выделять общую точку зрения в дискуссии;
- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);
- устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием/неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.

Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью. Обучающийся сможет:

- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;
- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);
- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;
- соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей;
- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;
- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.

Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ). Обучающийся сможет:

- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;

- выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;
- использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных задаче инструментальных программно-аппаратных средств и сервисов) для решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе: сочинений, докладов, рефератов, создание презентаций и др.;
- использовать информацию с учетом этических и правовых норм;
- создавать информационные ресурсы разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности.

**Предметными результатами** обучения ОБЖ являются:

**Ученик научится:**

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- 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;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

**Ученик получит возможность научиться:**

- безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при поражении электрическим током;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- 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.

### **Основное содержание курса- 5 класс**

#### **Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства**

Обеспечивает формирование у обучаемых комплексной безопасности жизнедеятельности в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях.

#### ***Раздел I. Основы комплексной безопасности***

В рабочую программу в 1 четверть включены в качестве регионального компонента дополнительные темы по «**Правилам дорожного движения**»

#### **Тема № 1 Правила дорожного движения**

Улицы и движение в нашем городе. Элементы улиц и дорог.

Дорожное движение. Безопасность участников дорожного движения.

Дорожные знаки и дополнительные средства информации.

Пешеход. Безопасность пешехода. Пассажир. Безопасность пассажира.

Велосипедист- водитель ТС. Езда на велосипеде.

#### **Тема 2. Человек, среда его обитания, безопасность человека**

Город как среда обитания.

Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.

Особенности природных условий в городе.

Взаимоотношение людей, проживающих в городе, и безопасность.

Безопасность в повседневной жизни.

#### **Тема 3. Опасные ситуации техногенного и природного характера.**

Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых ситуациях.

Погодные явления и безопасность человека.

Безопасность на водоемах.

#### **Тема 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера**

Чрезвычайные ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера.

#### ***Раздел 2. Основы противодействия экстремизму и терроризму в РФ.***

#### **Тема 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение.**

Антиобщественное поведение и его опасность.

Обеспечение личной безопасности дома и на улице.

#### **Тема 6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.**

Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения. Виды экстремистской деятельности.

Виды террористических актов и их последствия. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности

#### **Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

Решает задачи духовно-нравственного воспитания обучаемых, формирования у них индивидуальной системы здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья, а также умений оказывать первую медицинскую помощь.

#### ***Раздел 3. Основы здорового образа жизни.***

#### **Тема 7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни**

О здоровом образе жизни.

Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия для укрепления и сохранения здоровья.

Рациональное питание. Гигиена питания.

#### **Тема 8. Факторы, разрушающие здоровье.**

Вредные привычки, и их влияние на здоровье человека.

Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек (практическое занятие)

#### ***Раздел 4. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.***

#### **Тема 9. Первая помощь и правила ее оказания**

Первая помощь при различных видах повреждений.

Виды кровотечений.

Оказание первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, отравлениях.

### **Основное содержание курса – 6 класс**

#### **Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства**

#### ***Раздел I. Основы комплексной безопасности***

В рабочую программу в 1 четверть включены в качестве регионального компонента дополнительные темы по «**Правилам дорожного движения**»

#### **Тема № 1 Правила дорожного движения**

Причины ДТП. Перекрестки и их виды.

Где и как переходить улицу?

Знаки для пешеходов и для водителей.

Движение транспортных средств. Движение по загородным (сельским) дорогам.

Дополнительные требования к движению велосипедистов. Правила для роллинга.

## **Тема № 2. Подготовка к активному отдыху на природе**

Природа и человек. Ориентирование на местности. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.

Подготовка к выходу на природу. Определение необходимого снаряжения для похода.

Определение места для бивака и организация бивачных работ.

## **Тема № 3. Активный отдых на природе и безопасность**

Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.

Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности.

Подготовка и проведение лыжных походов. Велосипедные походы и безопасность туристов.

Водные походы и обеспечение безопасности на воде.

## **Тема № 4. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности**

Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем (внутреннем) и выездном туризме.

Акклиматизация человека в различных климатических условиях.

Акклиматизация в горной местности.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным и воздушным видами транспорта.

## **Тема № 5. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде**

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономии.

Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании

## **Тема № 6 Опасные ситуации в природных условиях**

Опасные погодные условия.

Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.

Укусы насекомых и защита от них. Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых. Клещевой энцефалит и его профилактика.

## **Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

### ***Раздел 2 Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.***

#### **Тема № 7 Здоровье человека и факторы, на него влияющие**

##### ***Раздел 3 основы здорового образа жизни***

#### **Тема № 8 Первая помощь при неотложных состояниях**

Личная гигиена и оказания первой помощи в природных условиях.

##### ***Раздел 3. Основы здорового образа жизни***

## **Тема № 9 Здоровье человека и факторы на него влияющие**

Здоровый образ жизни и профилактика утомления.

Компьютер и его влияние на здоровье.

### **Основное содержание курса – 7 класс**

**Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства.**

***Раздел I-II. Основы комплексной безопасности. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.***

В рабочую программу в 1 четверть включены в качестве регионального компонента дополнительные темы по «**Правилам дорожного движения**» :

#### **Тема № 1 Правила дорожного движения**

Как мы знаем ПДД.

Поведение участников и очевидцев ДТП. Сигналы регулировщика.

Правила перевозки пассажиров на мотоцикле и мотороллере.

Устройство велосипеда, его снаряжение и техническое обслуживание.

Движение велосипедистов группами. Велозестафета.

#### **Тема № 2 Общие понятия об опасных и ЧС природного характера**

Различные природные явления. Общая характеристика природных явлений.

Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера.

#### **Тема 3. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения**

Землетрясение. Причины возникновения и возможные последствия.

Защита населения от последствий землетрясений. Правила безопасного поведения населения при землетрясении.

Расположение вулканов на земле, извержения вулканов. Последствия извержения вулканов. Защита населения.

Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения.

#### **Тема 4. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения.**

Ураганы, бури, смерчи, причины их возникновения, возможные последствия.

Защита населения от последствий ураганов, бурь, смерчей.

#### **Тема 5. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения.**

Наводнения. Виды наводнений и их причины.

Защита населения от последствий наводнений. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения.

Сели и их характеристика. Защита населения от последствий селевых потоков.

Цунами, снежные лавины и их характеристика. Защита населения от цунами.

#### **Тема 6. Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения.**

Лесные и торфяные пожары и их характеристика. Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения

Инфекционная заболеваемость людей и защита населения. Эпизоотии и эпифитотии.

### ***Раздел III. Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ***

**Тема № 7 Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму**

Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность.

Роль нравственных позиций и личных качеств подростков в формировании антитеррористического поведения.

## **Модуль II Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

### **Раздел IV Основы здорового образа жизни**

#### **Тема 8. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека**

Психологическая уравновешенность. Стресс и его влияние на человека.

Анатомо - физиологические особенности человека в подростковом возрасте.

### **Раздел V Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи**

#### **Тема 9. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях**

Общие правила оказания первой медицинской помощи.

Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении.

Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах. Общие правила транспортировки пострадавшего

В связи, с особенностями нашего региона в программу введены в качестве *регионального компонента* дополнительные темы военно-патриотического воспитания и по противодействию идеологии терроризма и экстремизма согласно письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 25 мая 2011 года № СМ-477/08.

## **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Модуль "Безопасность на транспорте"	5			
2	Модуль «Человек, среда его обитания, безопасность человека»	9			
3	Модуль Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера "	2			
4	Модуль " Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение "	5	1		
5	Модуль " Возрастные особенности развития человека и здоровый	4			

	образ жизни "				
6	Модуль " Факторы, разрушающие здоровья "	2			
7	Модуль " Основы медицинских знаний и оказание первой помощи "	7	1		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	2	0	

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Модуль " Правила обеспечения безопасности дорожного движения "	4			
2	Модуль «Подготовка к активному отдыху на природе»	4			
3	Модуль "Активный отдых на природе и безопасность."	4			
4	Модуль " Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности "	5	1		
5	Модуль " Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде "	3			
6	Модуль " Опасные ситуации в природных условиях "	3			
7	Модуль " Первая помощь при неотложных состояниях "	6			
8	Модуль " Здоровье человека и факторы, на него влияющие "	5	1		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	2	0	



## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 7 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Модуль "Безопасность на транспорте"	3			
2	Модуль «Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера»	2			
3	Модуль "ЧС геологического происхождения."	4			
4	Модуль "Метеорологического происхождения "	3			
5	Модуль "ЧС гидрологического происхождения"	6	1		
6	Модуль " Природные пожары и ЧС биолого-социального происхождения "	5			
7	Модуль "Основы противодействия экстремизму и терроризму"	3			
8	Модуль " ЗОЖ и его значение для гармоничного развития человека "	3			
9	Модуль " Основы медицинских знаний и оказание первой помощи "	5	1		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	2	0	

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Улицы и движение в нашем городе	1				
2	Основные понятия и термины Правил дорожного движения.	1				

3	Пешеход. Безопасность пешехода. Пассажир. Безопасность пассажира.	1				
4	Велосипедист – водитель транспортного средства.	1				
5	Дорожные знаки и дополнительные средства информации.	1				
6	Город как среда обитания	1				
7	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища	1				
8	Особенности природных условий в город	1				
9	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность.	1				
10	Безопасность в повседневной жизни	1				
11	Пожарная безопасность	1				
12	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	1				
13	Погодные явления и безопасность человека	1				
14	Безопасность на водоёмах	1				
15	Чрезвычайные ситуации природного характера	1				
16	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	1				
17	Антиобщественное поведение и его опасность	1	1			
18	Обеспечение личной безопасности дома и на улице	1				
19	Экстремизм и терроризм, основные понятия и причины их возникновения	1				
20	Виды экстремисткой и террористической деятельности	1				
21	Виды террористических	1				

	актов и их последствия					
22	О здоровом образе жизни	1				
23	Двигательная активность и закаливание организма — необходимые условия укрепления здоровья.	1				
24	Рациональное питание	1				
25	Гигиена питания	1				
26	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека	1				
27	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек	1				
28	Первая медицинская помощь при различных видах повреждений	1				
29	Первая медицинская помощь при различных видах повреждений	1				
30	Виды кровотечений.	1				
31	Первая медицинская помощь при кровотечениях.	1				
32	Оказание первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, отравлениях	1	1			
33	Оказание первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, отравлениях (практические занятия)	1				
34	Оказание первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, отравлениях (практические занятия)	1				
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>34</b>	<b>2</b>	<b>0</b>		

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образователь- ные ресурсы
		Всего	Контроль- ные работы	Практические работы		
1	Причины дорожно-транспортных происшествий.	1				
2	Перекрестки и их виды.	1				
3	Дорожные знаки для пешеходов и водителей	1				
4	Дополнительные требования к движению велосипедистов:	1				
5	Природа и человек Ориентирование на местности.	1				
6	Определение своего местонахождения.	1				
7	Подготовка к выходу на природу. Определение необходимого снаряжения для похода.	1				
8	Определение места для бивака и бивачных работ	1				
9	Виды костров. Пожарная безопасность на природе.	1				
10	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе. Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности.	1				
11	Подготовка и проведение лыжных походов. Велосипедные походы и безопасность туристов.	1				
12	Водные походы и обеспечение безопасности на воде.	1				
13	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в выездном туризме.	1				
14	Акклиматизации в различных климатических условиях.	1				
15	Акклиматизация в горной местности.	1				
16	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными	1				

	видами транспорта.					
17	Обеспечение личной безопасности на водном и воздушном транспорте.	1	1			
18	Автономная, добровольная, вынужденная автономия человека в природной среде.	1				
19	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании	1				
20	Опасные погодные явления.	1				
21	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях	1				
22	Укусы насекомых и защита от них	1				
23	Клещевой энцефалит и его профилактика.	1				
24	ПМП при укусах насекомых.	1				
25	Личная гигиена и оказание .	1				
26	ПМП в природных условиях	1				
27	Оказание ПМП при травмах.	1				
28	Оказание ПМП при тепловом и солнечном ударе,	1				
29	Оказание ПМП при обморожении, ожоге.	1				
30	Здоровый образ жизни и профилактика утомления.	1				
31	Компьютер и его влияние на здоровье.	1				
32	Влияние неблагоприятной окружающей и социальной среды на здоровье человека.	1	1			
33	Влияние наркотиков на здоровье человека	1				
34	Профилактика употребления наркотиков.	1				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	2	0		

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 7 КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		

1	Как мы знаем ПДД?	1				
2	Устройство велосипеда, его снаряжение и техническое обслуживание.	1				
3	Правила перевозки пассажиров на велосипеде, мотоцикле .	1				
4	Различные природные явления. Общая характеристика природных явлений.	1				
5	Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера.	1				
6	Землетрясение. Причины возникновения и возможные последствия землетрясения.	1				
7	Защита населения от последствий землетрясений. Правила безопасного поведения населения при землетрясении	1				
8	Расположение вулканов на Земле, извержение вулканов. Последствия извержения вулканов. Защита населения	1				
9	Оползни и обвалы, их последствия, снежные лавины. Защита населения.	1				
10	Ураганы, бури, смерчи.	1				
11	Ураганы, бури, смерчи. Причины их возникновения, возможные последствия	1				
12	Защита населения от последствий ураганов, бурь, смерчей.	1				
13	Наводнения. Виды наводнений и их причины.	1				
14	Защита населения от последствий наводнений.	1				
15	Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения.	1				
16	Сели и их характеристика.	1				
17	Защита населения от последствий селевых потоков.	1	1			
18	Цунами и их характеристика.	1				

	Защита населения от цунами.					
19	Лесные и торфяные пожары.	1				
20	Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения.	1				
21	Инфекционная заболеваемость людей и защита населения.	1				
22	Инфекционная заболеваемость людей и защита населения.	1				
23	Эпизоотии и эпифитотии.	1				
24	Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую деятельность	1				
25	Терроризм и опасность вовлечения подростка в экстремистскую деятельность	1				
26	Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения	1				
27	Психологическая уравновешенность.	1				
28	Стресс и его влияние на человека.	1				
29	Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.	1				
30	Общие правила оказания первой помощи.	1				
31	Виды ран.	1				
32	Оказание первой помощи при наружном кровотечении и при ранениях.	1	1			
33	Оказание первой помощи при ушибах и переломах	1				
34	Общие правила транспортировки пострадавшего	1				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	2	0		

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

- Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности»: учеб. для обучающихся 5 кл. общеобразовательных учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, под общ. ред. А. Т. Смирнова. – М: Просвещение, 2018;
- Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности»: учеб. для обучающихся 6 кл. общеобразовательных учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, под общ. ред. А. Т. Смирнова. – М: Просвещение, 2018;
- Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности»: учеб. для обучающихся 7 кл. общеобразовательных учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, под общ. ред. А. Т. Смирнова. – М: Просвещение, 2018;

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

1. Основы безопасности жизнедеятельности: справ, для учащихся / А. Т. Смирнова, Б. О. Хренников, Р. А. Дурнев, Э. Н. Аюбов; под ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2007.
2. Методические разработки занятий по ОБЖ ( материал на электронном носителе)
3. Контрольные работы по ОБЖ (на электронном носителе)
4. Таблицы по курсу ОБЖ
5. Медицинская энциклопедия
6. В.Н. Латчук, С.К. Миронов Терроризм и безопасность человека
7. В.Д. Зазулинский Безопасность жизнедеятельности в ЧС
8. О.В. Павлова, Г.П. Попова Пожарная безопасность 5-11 кл
9. А.А. Михайлов Игровые занятия в курсе ОБЖ 5-9
10. Г.П. Попова ОБЖ в тестах, играх, кроссвордах 5-8 кл
11. С.С. Соловьев Тесты по ОБЖ 5-11
12. Л.В. Байбородова Ю.В. Индюков Методика обучения ОБЖ
13. В.Н. Латчук, В.В. Марков, М.П. Фролов ОБЖ. Дидактические материалы 5-9 кл
14. В.Н. Латчук, В.В. Марков ОБЖ. Методическое пособие
15. С.С. Соловьев Алкоголь, табак и наркотики – главные враги здоровья человека 5-11
16. С.В. Титов, Г.И. Шабаева Тематические игры по ОБЖ
17. В.Н. Латчук, С.К. Миронов, Б.И. Мишин Планирование и организация занятий в школе по ОБЖ 5-11
18. В.М. Евлахов Раздаточный материал по ОБЖ 5-9
19. В.В. Петров Основы безопасности в городе
20. В.П. Дмитрук Правила дорожного движения для школьников
21. С.Н. Зигуненко ОБЖ – хочу все знать

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ  
ИНТЕРНЕТ**

<http://kuhta.clan.su> Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности»  
<https://resh.edu.ru/subject/lesson/>  
<https://lib.myschool.edu.ru/>  
<https://m.edsoo.ru/>