

Управление образование муниципального округа Первоуральск
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 28»
623107 Свердловская область, г. Первоуральск, улица Зои Космодемьянской, 20
Тел./факс: 8 (3439) 63 – 15 – 47; 63 – 13 – 97
e-mail: <http://28prv.uralschool.ru/>
сайт: школа-28.рф

СОГЛАСОВАНО:
на заседании Педагогического совета
протокол от «26» августа 2025 г. №1

УТВЕРЖДАЮ:
 А.В. Селпониная
Директор МАОУ СОШ №28
(приказ от «28» августа 2025 г. №317)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету
«Основы безопасности жизнедеятельности
и защита Родины в современном мире»
для 5 – 7 классов

г.Первоуральск
2025

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету "Основы безопасности и защиты Родины в современном мире" (далее – ОБЗР в современном мире) разработана на основе требований к результатам освоения образовательной программы среднего общего образования, представленных в ФГОС СОО, федеральной рабочей программы воспитания и предусматривает непосредственное применение при реализации ОП СОО.

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

Программа ОБЗР в современном мире в методическом плане обеспечивает реализацию практико-ориентированного подхода в преподавании ОБЗР в современном мире, системность и непрерывность приобретения обучающимися знаний и формирования у них навыков в области безопасности жизнедеятельности при переходе с уровня основного общего образования; помогает педагогу продолжить освоение содержания материала в логике последовательного нарастания факторов опасности: опасная ситуация, чрезвычайная ситуация и разумного построения модели индивидуального и группового безопасного поведения в повседневной жизни с учётом актуальных вызовов и угроз в природной, техногенной, социальной и информационной сферах.

Программа ОБЗР в современном мире обеспечивает:

1. формирование личности выпускника с высоким уровнем культуры и мотивации ведения безопасного, здорового и экологически целесообразного образа жизни;
2. достижение выпускниками базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности, соответствующего интересам обучающихся и потребностям общества в формировании полноценной личности безопасного типа;
3. взаимосвязь личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного предмета ОБЗР в современном мире на уровнях основного общего образования;
4. подготовку выпускников к решению актуальных практических задач безопасности жизнедеятельности в повседневной жизни.

**Планируемые результаты освоения учебного предмета
«Основы безопасности жизнедеятельности
и защита Родины в современном мире»**

Реализация данной рабочей программы обеспечивает достижение личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты:

- 1) усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и дорогах;
- 2) формирование понимания ценности здорового образа жизни;
- 3) усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание ответственности и долга перед Родиной;
- 4) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов;
- 5) формирование целостного мировоззрения, соответствующее современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 6) формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- 7) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- 8) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного к собственным поступкам;

- 9) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно-полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- 10) формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- 11) осознанное значение семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- 12) формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдения нормы здорового образа жизни, осознано выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметными результатами обучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности и защита Родины в современном мире»

являются УУД:

Регулятивные УУД:

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

Познавательные УУД:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно- следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

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 учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций

Предметные результаты обучения:

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Обучающийся научится:

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и 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 правила поведения на транспорте (наземном, в том числе железнодорожном, воздушном и водном);
- классифицировать и 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;
- 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 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;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;

- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- 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;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;

- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- 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;
- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- 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.

обучающийся получит возможность научиться:

- *безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;*
- *классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;*
- *готовиться к туристическим поездкам;*
- *адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;*

- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять права покупателя;
- анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;
- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;
- 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 остановке сердечной деятельности;
- оказывать первую помощь при коме;
- 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.

Содержание учебного предмета

Модуль «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»

Человек и его безопасность

Опасности в жизни человека.

Опасные и чрезвычайные ситуации. Источники опасных ситуаций. Возникновение опасных ситуаций из-за человеческого фактора.

Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях.

Понятия «безопасность», «безопасность жизнедеятельности». Правила безопасности жизни. Краткие сведения о системе государственной защиты в области безопасности.

Разновидности чрезвычайных ситуаций.

Понятие «чрезвычайная ситуация».

Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Чрезвычайные ситуации социального характера.

Модуль «Здоровье и как его сохранить»

Здоровье и факторы, влияющие на него

Что такое здоровье и здоровый образ жизни.

Определения понятий «здоровье», «здоровый образ жизни». Физическое здоровье. Духовное здоровье. Неразрывная связь физического и духовного здоровья.

Как сохранить здоровье.

Режим дня. Отдых. Сон как важнейший признак здоровья. Правильная и

неправильная осанка при ходьбе и при работе за письменным столом. Близорукость и дальность зрения. Развитие физических качеств (сила, быстрота, выносливость). Малоактивный образ жизни. Двигательная активность.

Закаливание и закаливающие процедуры. Питание. Вода, белки, витамины, жиры, минеральные вещества, углеводы — необходимые элементы, требующиеся для развития организма.

Личная гигиена.

Определение понятия «гигиена». Уход за зубами. Уход за кожей.

Выбор одежды по сезону. Правила гигиены на каждый день.

Предупреждение вредных привычек.

Вред табакокурения и употребления спиртных напитков. Негативное отношение к приёму наркотических и токсикоманических веществ.

Основные правила здорового образа жизни.

Здоровье и правила его сохранения

Факторы, способствующие сохранению здоровья.

Правильное и неправильное питание. Закаливание организма.

Факторы, разрушающие здоровье.

Долгое сидение за компьютером. Избыточный вес.

Профилактика вредных привычек.

Вред от употребления алкогольных напитков, табака, наркотиков.

Игромания. Компьютерная и игровая зависимость.

Как избежать этой зависимости.

Чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения

Эпидемии.

Понятия «эпидемия», «пандемия». Пандемия коронавируса. Правила профилактики коронавируса.

Эпизоотии.

Понятия «эпизоотический очаг», «панзоотия». Признаки инфекционных заболеваний животных.

Эпифитотии.

Понятия «эпифитотия», «панфитотия».

Признаки и

Защита населения от чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения. Защита от эпидемий, эпизоотий, эпифитотий.

Здоровье и здоровый образ жизни

Зависимость благополучия человека от его здоровья.

Как сформировать индивидуальную модель здорового образа жизни. Как избежать инфекционных заболеваний.

Влияние вредных привычек на здоровье человека.

Табакокурение. Электронные сигареты. Не употребля

Здоровье как важная составляющая благополучия человека.

Физиологическая составляющая здоровья. Психологическая составляющая здоровья. Нравственная составляющая здоровья.

Что включает в себя здоровый образ жизни.

Обязательные правила при составлении режима дня.

Модуль «Безопасность на транспорте»

Безопасное поведение на дорогах и в транспорте

Правила поведения для пешеходов.

Дорожная разметка. Регулирование дорожного движения. Пешеходные переходы (регулируемые и нерегулируемые). Пешеходная, велосипедная дорожки. Дорожные знаки (восемь групп). Транспортные и пешеходные светофоры.

Сигналы светофоров. Сигналы регулировщика. Движение пешеходов в городе и за городом.

Правила поведения для пассажиров.

Общественный транспорт. Школьный автобус. Правила, которые необходимо выполнять пассажирам трамваев, троллейбусов, автобусов, метрополитена.

Если выводител ь велосипеда.

Движение велосипедистов согласно Правилам дорожного движения Российской Федерации. Средства индивидуальной защиты велосипедиста. Требования к техническому состоянию велосипеда.

Безопасность участников дорожного движения.

Дорожно-транспортные происшествия (ДТП) и аварийные ситуации.

Правила безопасного поведения пассажира при передвижении на автомобиле. Обязанности водителя, попавшего в ДТП. Кнопка SOS в автомобиле. Аварийные ситуации в городском общественном транспорте.

Безопасность на авиационном и водном транспорте.

Что делать в случае возникновения аварийной ситуации в самолёте. Безопасность пассажиров морских и речных судов. Как вести себя при кораблекрушении.

Безопасность в ситуациях, связанных с железнодорожным транспортом и метрополитеном

Ситуации, связанные с железнодорожным транспортом.

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

Безопасность в метрополитене.

Модуль «Безопасность в быту»

Безопасность вашего жилища

Среда обитания человека.

Особенности сельских поселений. Особенности городов как среды обитания (смог, переработка и хранение бытовых отходов, шум и другие проблемы).

Службы, которые всегда приходят на помощь.

Правила вызова экстренных служб. Единый номер 112.

Основные правила безопасности на улице.

Безопасность в вечернее время. Безопасность в толпе.

Безопасность дома.

Источники опасности в современном жилище. Бытовой газ — источник повышенной опасности. Гигиена жилища.

Безопасность в подъезде и на игровой площадке.

Основные правила безопасности в подъезде и лифте, которые надо соблюдать, чтобы не подвергнуться нападению. Основные правила безопасного поведения на игровой площадке.

Как вести себя при пожаре.

Правила поведения, если пожар в квартире. Рекомендации, как избежать пожара.

Безопасность в повседневной жизни

Пожарная безопасность в помещениях.

Пожар на кухне, на балконе. Меры предосторожности при работе с печью.

Электробезопасность в повседневной жизни.

Меры предосторожности при использовании электроприборов.

Средства бытовой химии.

Безопасность в быту

Обеспечение личной безопасности в быту.

Пользование водопроводом, канализацией и мусоропроводом. Употребление лекарств. Потеря ключей.

Пожары в зданиях.

Основные причины пожаров в зданиях. Основные поражающие факторы пожара. Правила использования электроприборов. Как вести себя при пожаре в общественном месте.

Предупреждение пожаров и меры по защите населения.

Пожарная профилактика. Основные задачи пожарной охраны. Государственная противопожарная служба (ГПС), её функции.

Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.

Ответственность за нарушение требований пожарной безопасности.

Модуль «Безопасность в социуме»

Безопасность в криминогенных ситуациях

Как избежать контактов с злоумышленниками и преступной средой.

Понятие «криминогенная ситуация». Разновидности преступлений. Правила безопасного поведения на улице, в образовательной организации, дома, которые необходимо соблюдать, чтобы не стать жертвой злоумышленников.

Советы на всю жизнь.

Полезные правила, которые помогут детям и подросткам избежать криминальных угроз.

Как улучшить отношения с окружающими

Стресс и стрессовые ситуации.

Как снизить влияние стресса на поведение и общее состояние человека. Методы самовнушения, самоубеждения и самоприказа в борьбе со стрессом. *Конфликт—особенности общения.*

Как избежать конфликтной ситуации. Побег из дома. Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей.

Безопасность в социальных сетях.

Модуль «Основы противодействия экстремизму и терроризму»

Экстремизм и терроризм—угрозы личности, обществу и государству

Что такое экстремизм.

Понятия «экстремизм», «экстремистская деятельность».

Опасные формы экстремистской деятельности. Ответственность за экстремистскую деятельность.

Терроризм — крайняя форма экстремизма.

Понятие «терроризм». Различные виды террористической деятельности. Ложные сообщения о терактах. Формы проявления терроризма. Ответственность несовершеннолетних за участие в террористической деятельности.

Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического

акта. Признаки наличия взрывного устройства. Правила поведения в различных ситуациях, связанных с проявлением террористической деятельности.

Терроризм — угроза обществу и каждому

Как государство борется с терроризмом.

Государственное законодательство о борьбе с терроризмом. Основные задачи Национального антитеррористического комитета (НАК).

Особенности современного терроризма.

Виды современной террористической деятельности. Телефонные террористы.

Как не стать пособником террористов.

Как действуют вербовщики террористических организаций. Статьи Уголовного кодекса Российской Федерации, предусмотренные за террористическую деятельность, в том числе для лиц, которые исполнили с момента преступления 14 лет.

Формирование антитеррористического поведения.

Противодействие экстремизму и терроризму

Терроризм — угроза национальной безопасности России.

Основные нормативно-правовые акты по противодействию экстремизму и терроризму.

Федеральные законы «О противодействии экстремистской деятельности», «О противодействии терроризму» и другие документы.

Общегосударственное противодействие терроризму.

Основные задачи противодействия терроризму. Основные направления предупредительной (профилактики) терроризма. Силы и ведомства, привлекаемые к антитеррористической деятельности.

Противодействие вовлечению в сообщество экстремистской направленности.

Правила поведения в различных ситуациях, связанных с антитеррористической безопасностью.

Обнаружение подозрительного предмета, который может оказаться взрывным устройством. Захват заложники. Правила поведения при захвате самолёта террористами. Обеспечение безопасности при перестрелке.

Модуль «Безопасность в природной среде»

Безопасность в различных погодных условиях и при стихийных бедствиях

Как погодные условия могут влиять на безопасность человека.

Ветер. Гроза. Молния. Правила поведения при грозе. Гололёд и гололедица. Безопасное поведение на водоёмах.

Правила поведения на замёрзшем водоёме. Безопасность при купании в водоёмах летом.

Стихийные бедствия и связанные с ними опасности.

Землетрясение. Наводнение. Ураган. Сель. Оползень. Правила поведения в время стихийных бедствий.

Безопасное поведение на природе

Безопасное поведение в туристских походах.

Основные меры безопасности в туристских походах. Если турист отстал от группы.

Виды туристских походов.

Однодневные и многодневные, местные и дальние туристские походы.

Как ориентироваться на местности.

Ориентирование по Солнцу. Ориентирование по природным признакам. Ориентирование по местным признакам. Способы определения сторон горизонта по компасу, небесным светилам и карте.

Подготовка к проведению туристского похода.

Руководитель похода и его обязанности. Санитар и его обязанности.

Состав аптечки первой помощи (походной аптечки). Туристское снаряжение в зависимости от вида похода.

Приметы, по которым можно определить погоду.

Как развестись при разной погоде.

Выбор места для костра и его розжиг. Виды костров.

Если в лесу вас застигла гроза.

Признаки приближающейся грозы. Правильное размещение в укрытии во время грозы. Правила безопасного поведения в различных видах походов

Советы на всю жизнь.

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

Лыжные походы.

Особенности снаряжения. Организация движения.

Горные походы.

Организация движения при подъёме и спуске.

Водные походы. Способы и средства самопомощи и взаимопомощи в водных

походах. Плавучие средства. Общий распорядок походного дня. Правила действий во время аварии судна.

Безопасное поведение при автономном существовании

Поведение человека в условиях автономного существования в природной среде.

Факторы, способствующие и
препятствующие выживанию при
автономном существовании.

Добровольная и вынужденная автономия человека в природной среде.

Характерные особенности добровольного и вынужденного существования в природе.

Организация ночлега при автономном существовании.

Сооружение временного жилища. Добывание огня с помощью различных предметов.

Как добыть питьё и пищу в условиях автономии.

Растения, грибы, орехи, которые можно
употреблять в пищу. Очистка и
обеззараживание воды.

Как подать сигналы бедствия.

Различные средства аварийной сигнализации.

Опасные встречи в природных условиях

Безопасность при встрече с дикими животными.

Правила поведения при встрече с дикими животными (лосем, кабаном, волком, медведем и др.).

Безопасность при встрече с змеёй.

Защита от комаров, мошек и других насекомых. Профилактика клещевого энцефалита.

Клещевой вирусный энцефалит, его
переносчики, места и время передачи, профилактика

Чрезвычайные ситуации природного характера

Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Землетрясение.

Правила при подготовке к землетрясению. Что нужно делать во время землетрясения. Чрезвычайные ситуации

геологического происхождения.

Извержения вулканов. Оползни, обвалы.

Что нужно делать при поступившем сигнале о

Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения.

Ураганы и бури. Смерчи. Правила поведения при чрезвычайных

Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения.

Наводнения, их виды. Сели. Цунами. Снежные лавины. Правила поведения при чрезвычайных ситуациях гидрологического происхождения.

Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения.

Защита от землетрясений и ликвидации их последствий. Защита от вулканических опасностей, оползней и обвалов.

Защита населения от

чрезвычайных ситуаций метеорологического

и

Защита от ураганов, бурь, смерчей. Защита от наводнений. Мероприятия по защите от селей. Мероприятия по защите от цунами. Защита от снежных лавин.

Природные пожары

Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары.

Правила безопасности при возникновении лесных и торфяных пожаров.

Защита населения от лесных и торфяных пожаров.

Средства и способы, которые используются при тушении лесных пожаров.

МОДУЛЬ «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ»

Первая помощь и правила её оказания

Основные 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.

Первая помощь и взаимопомощь при ожоге.

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.

Первая помощь при отравлениях.

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

Первая помощь при травмах.

Понятия «ушиб», «травма». Первая помощь при ушибах и ссадинах.

Первая помощь при чрезвычайных ситуациях.

Правила оказания первой помощи в условиях различных чрезвычайных ситуаций.

Важность своевременного оказания первой помощи. Первая помощь при электротравме.

Первая помощь при кровотечении.

Наружные и внутренние кровотечения. Виды кровотечения — капиллярное, венозное, артериальное, смешанное. Способы временной остановки наружного кровотечения. Оказание первой помощи при носовом кровотечении.

Первая помощь при ушибах и переломах.

Транспортировка пострадавших в медицинское учреждение. Способы транспортировки пострадавшего.

Первая помощь в природных условиях

Народные средства первой помощи.

Средства для остановки кровотечения, от кашля, от воспаления.

Первая помощь при травмах и повреждениях.

Первая помощь при травме конечностей, при повреждении глаз и носа. Имобилизация при травмах конечностей.

Первая помощь при солнечном и тепловом ударе.

Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге. Психологическая поддержка пострадавшего.

Оказание первой помощи

Значение первой помощи при неотложных состояниях. Средства, рекомендуемые для оказания первой помощи. Оказание первой помощи при травмах.

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.

Действия по удалению инородного тела.

Первая помощь при отсутствии сознания и остановке дыхания.

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ»

Безопасность в криминогенных ситуациях

Как избежать встречи с преступником.

Безопасность на улице. Безопасность в городском транспорте. Как обеспечить свою безопасность в квартире. Осторожно: мошенничество.

Как избежать встречи с наркоторговцем.

Понятие «наркотизм». Противодействие наркотизму.

Безопасность в учебном и производственном процессах

Безопасность на уроках и переменах.

Безопасность на практических занятиях.

Примерная тематика практических занятий

Разработка маршрута туристского похода.

Ориентирование на местности (по карте, компасу, местным предметам, природным признакам).

Сооружение жилища для автономного существования. Оказание первой помощи при травмах.

Оказание первой помощи при кровотечениях. Оказание первой помощи при ожоге.

Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Оказание первой помощи при электротравме.

**Тематическое планирование «Основы безопасности
жизнедеятельности и защита Родины в современном мире»**

5 класс (34 ч.)

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Модуль 1. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе Раздел 1. Человек и его безопасность.	3			Электронная форма учебника, библиотека РЭШ. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school- collection.edu.ru).
2	Модуль 2. Здоровье и как его сохранить Раздел 2. Здоровье и факторы, влияющие на него.	5			Электронная форма учебника, библиотека РЭШ. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school- collection.edu.ru).
3	Модуль 3. Безопасность на транспорте Раздел 3. Безопасное поведение на дорогах и в транспорте.	3			Электронная форма учебника, библиотека РЭШ. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school- collection.edu.ru).
4	Модуль 5. Безопасность в	6			Электронная форма учебника, библиотека

	социуме Раздел 4. Безопасность вашего жилища.				РЭШ. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school- collection.edu.ru).
5	Модуль 5. Безопасность в социуме Раздел 5. Безопасность в криминогенных ситуациях.	2			Электронная форма учебника, библиотека РЭШ. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school- collection.edu.ru).
6	Модуль 6. Основы противодействия экстремизму и терроризму Раздел 6. Экстремизм и терроризм – угрозы личности, обществу и государству.	3			Электронная форма учебника, библиотека РЭШ. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school- collection.edu.ru).
7	Модуль 7. Безопасность в информационном пространстве Раздел 7. Безопасность в информационной среде.	2			Электронная форма учебника, библиотека РЭШ. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school- collection.edu.ru).
8	Модуль 8.	3			Электронная форма

	Безопасность в природной среде Раздел 8. Безопасность в различных погодных условиях и при стихийных бедствиях.				учебника, библиотека РЭШ. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school-collection.edu.ru).
9	Модуль 9. Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера Раздел 9. Производственные аварии и их опасность для жизни, здоровья и благополучия человека.	3			Электронная форма учебника, библиотека РЭШ. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school-collection.edu.ru).
10	Модуль 10. Основы медицинских знаний Раздел 10. Первая помощь и правила её оказания.	4		3	Электронная форма учебника, библиотека РЭШ. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school-collection.edu.ru).
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	3	

Календарно - тематическое планирование учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности и защита Родины в современном мире»

5 класс (34 ч.)

№	Дата урока		Тема урока
	план	факт	
МОДУЛЬ 1. Основы безопасности личности, общества, государства			
Раздел 1. Основы комплексной безопасности			
1			Глава 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека Город как среда обитания
2			Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища
3			Особенности природных условий в городе
4			Взаимоотношения людей, проживающих в городе, безопасность
5			Безопасность в повседневной жизни
6			Глава 2. Опасные ситуации техногенного характера Дорожное движение, безопасность участков дорожного движения.
7			Пешеход. Безопасность пешехода. Правила перехода через ж/д пути.
8			Пассажир. Безопасность пассажира. Правила поведения в вагоне ж/ д транспорта.
9			Водитель. Типичные и опасные ситуации возникающие на ж/д.
10			Пожарная безопасность

11			Безопасное поведение в бытовых ситуациях
12			Глава 3. Опасные ситуации природного характера Погодные явления — безопасность человека
13			Безопасность на водоёмах
14			Глава 4. Чрезвычайные ситуации природного – техногенного характера Чрезвычайные ситуации природного характера
15			Чрезвычайные ситуации техногенного характера
Раздел 3. Противодействие терроризму и экстремизму в Российской Федерации			
16			Глава 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение Антиобщественное поведение
17			Обеспечение личной безопасности дома
18			Обеспечение личной безопасности на улице
19			Глава 6. Экстремизм – терроризм – чрезвычайные опасности для общества, государства Экстремизм — терроризм: основные понятия — причины их возникновения
20			Виды экстремистской — террористической деятельности
21			Виды террористических актов
22			Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение — участие в террористической деятельности
МОДУЛЬ 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни			
Раздел 4. Основы здорового образа жизни			
23			Глава 7. Возрастные особенности развития человека – здоровый образ жизни

			О здоровом образе жизни
24			Двигательная активность — закаливание организма — необходимые условия укрепления здоровья
25			Рациональное питание. Гигиена
26			Глава 8. Факторы, разрушающие здоровье Вредные привычки
27			Здоровый образ жизни — профилактика вредных привычек
Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи			
28			Глава 9. Первая помощь – правила ее оказания Первая помощь при различных видах повреждений
29			Оказание первой помощи
30			Первая помощь при отравлении
31			Первая помощь при ДТП, в том числе на железнодорожном транспорте.
32			Первая помощь на водоемах.
33			Повторение.
34			Повторение.

**Тематическое планирование «Основы безопасности
жизнедеятельности и защита Родины в современном мире»**

6 класс (34 ч.)

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Модуль 1. Здоровье и как его сохранить	7			Электронная форма учебника, библиотека РЭШ. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school- collection.edu.ru).
	Раздел 1. Здоровье и правила его сбережения.				
2	Модуль 2. Безопасность в природной среде	22			Электронная форма учебника, библиотека РЭШ. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school- collection.edu.ru).
	Раздел 2. Безопасное поведение на природе (8 ч)				
	Раздел 3. Правила безопасного поведения в различных видах походов (4 ч).				
	Раздел 4. Безопасное поведение при автономном существовании (6 ч)				
	Раздел 5. Опасные встречи в природных				

	условиях (4 ч).				
3	Модуль 3. Основы медицинских знаний	5		2	Электронная форма учебника, библиотека РЭШ. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school-collection.edu.ru).
	Раздел 6. Первая помощь в природных условиях.				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	2	

Календарно - тематическое планирование учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности и защита Родины в современном мире»

6 класс (34 ч.)

№	Дата урока		Тема урока
	план	факт	
МОДУЛЬ 1. Основы безопасности личности, общества, государства			
Раздел 1. Подготовка к активному отдыху на природе			
1			Глава 1. Подготовка к активному отдыху Природа и человек.
2			Ориентирование на местности
3			Определение своего местонахождения и направления движения на местности

4			Подготовка к выходу на природу
5			Определение необходимого снаряжения для похода
6			Определение места для бивака и организация бивачных работ. Тестирование.
7			Глава 2. Активный отдых на природе и безопасность Определение необходимого снаряжения для похода. Тестирование.
8			Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности
9			Подготовка и проведения лыжных походов
10			Водные походы и обеспечение безопасности на воде
11			Велосипедные походы и безопасность туристов
12			Глава 3. Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме
13			Акклиматизация человека в различных климатических условиях
14			Акклиматизация в горной местности
15			Обеспечение личной безопасности при следовании наземными видами транспорта
16			Обеспечение личной безопасности на водном транспорте.
17			Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте
18			Глава 4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде Автономное существование человека в природе

19			Добровольная автономия человека в природной среде
20			Вынужденная автономия человека в природной среде
21			Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании
22			Глава 5. Опасные ситуации в природных условиях Опасные погодные явления
23			Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными
24			Укусы насекомых и защита от них
25			Клещевой энцефалит и его профилактика
МОДУЛЬ 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни			
Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи			
26			Глава 6. Первая помощь при неотложных состояниях Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях
27			Оказание первой медицинской помощи при травмах. Тестирование.
28			Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге
29			Оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых
Раздел 4. Основы здорового образа жизни			
30			Глава 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие Здоровый образ жизни и профилактика утомлений
31			Компьютер и его влияние на здоровье
32			Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека

33			Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека
34			Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека. Тестирование. Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ

**Тематическое планирование «Основы безопасности
жизнедеятельности и защита Родины в современном мире»**

7 класс (34 ч.)

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Модуль 1. Безопасность в социуме	4			Электронная форма учебника, библиотека РЭШ. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school- collection.edu.ru).
	Раздел 1. Как улучшить отношения окружающими				
2	Модуль 2. Безопасность в быту (аварийные ситуации, пожары)	3			Электронная форма учебника, библиотека РЭШ. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school- collection.edu.ru).
	Раздел 2. Безопасность в повседневной жизни.				
3	Модуль 3. Безопасность на транспорте	2			Электронная форма учебника, библиотека РЭШ. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school- collection.edu.ru).
	Раздел 3. Безопасность в ситуациях, связанных с				

	железнодорожным транспортом и метрополитеном.				
4	Модуль 4. Безопасность в общественных местах	2			Электронная форма учебника, библиотека РЭШ. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school-collection.edu.ru).
	Раздел 4. Безопасность в криминогенных ситуациях.				
5	Модуль 5. Основы противодействия экстремизму и терроризму	6			Электронная форма учебника, библиотека РЭШ. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school-collection.edu.ru).
	Раздел 5. Терроризм - угроза обществу и каждому человеку.				
6	Модуль 6. Безопасность в природной среде.	9			Электронная форма учебника, библиотека РЭШ. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school-collection.edu.ru).
	Раздел 6. Чрезвычайные ситуации (далее ЧС) природного характера (7 часов).				
	Раздел 7. Природные пожары (2 часа).				
7	Модуль 7. Здоровье и как его сохранить	4			Электронная форма учебника, библиотека РЭШ. Единая коллекция цифровых образовательных
	Раздел 8. ЧС биолого-				

	социального происхождения.				ресурсов (school-collection.edu.ru).
8	Модуль 8. Основы медицинских знаний.	4		3	Электронная форма учебника, библиотека РЭШ. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school-collection.edu.ru).
	Раздел 9. Первая помощь и правила её оказания.				
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	3	

Календарно - тематическое планирование учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности и защита Родины в современном мире»

7 класс (34 ч.)

№	Дата урока		Тема урока
	план	факт	
МОДУЛЬ 1. Безопасность в социуме			
Раздел 1. Как улучшить отношения окружающими			
1			Стресс и стрессовые ситуации.
2			Как снизить влияние стресса на поведение и общее состояние человека.
3			Конфликт - особенности общения.
4			Безопасность в социальных сетях.
Модуль 2. Безопасность в быту (аварийные ситуации, пожары)			
Раздел 2. Безопасность в повседневной жизни.			

5			Пожарная безопасность в помещениях.
6			Электробезопасность в повседневной жизни.
7			Средства бытовой химии.
Модуль 3. Безопасность на транспорте			
Раздел 3. Безопасность в ситуациях, связанных с железнодорожным транспортом и метрополитеном.			
8			Ситуации, связанные с железнодорожным транспортом.
9			Безопасность в метрополитене.
Модуль 4. Безопасность в общественных местах			
Раздел 4. Безопасность в криминогенных ситуациях.			
10			Как избежать встречи с преступником.
11			Как избежать встречи с наркоторговцем.
Модуль 5. Основы противодействия экстремизму и терроризму			
Раздел 3. Безопасность в ситуациях, связанных с железнодорожным транспортом и метрополитеном.			
12			Как государство борется с терроризмом.
13			Как государство борется с терроризмом.
14			Виды современной террористической деятельности.
15			Телефонные террористы.
16			Как не стать пособником террористов.
17			Формирование антитеррористического поведения.
Модуль 6. Безопасность в природной среде			
Раздел 6. Чрезвычайные ситуации природного характера			
18			Классификация ЧС природного характера
19			ЧС геологического характера. Землетрясение.

20			ЧС геологического характера. Извержения вулканов. Оползни. Обвалы.
21			ЧС геологического характера. Извержения вулканов. Оползни. Обвалы.
22			ЧС гидрологического происхождения.
23			Защита населения от ЧС геологического происхождения.
24			Защита населения от ЧС метеорологического и гидрологического происхождения.
Раздел 7. Природные пожары			
25			Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары.
26			Защита населения от лесных и торфяных пожаров.
Модуль 7. Здоровье и как его сохранить			
Раздел 8. ЧС биолого-социального происхождения.			
27			Эпидемии.
28			Эпизоотии.
29			Эпифитотии.
30			Защита населения от ЧС биолого-социального происхождения.
Модуль 8. Основы медицинских знаний.			
Раздел 9. Первая помощь и правила её оказания.			
31			Важность своевременного оказания первой помощи. Транспортировка пострадавших в медицинское учреждение.
32			Первая помощь при электротравме.
33			Первая помощь при кровотечении.
34			Первая помощь при ушибах и переломах.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 143507986500560089701835989304833372774460074992

Владелец Селюнина Анна Владимировна

Действителен с 28.03.2025 по 28.03.2026