

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
Ханты-Мансийского автономного округа-Югры  
КОУ «Урайская школа-интернат для обучающихся с ограниченными  
возможностями здоровья»

РАССМОТРЕНО  
на заседании  
методического совета  
Протокол № 1 от  
30.08.2023г.  
Руководитель  
методического  
совета Ю.И.

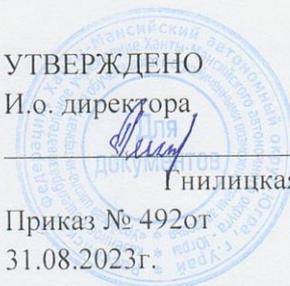
Мамбур Ю.И.

СОГЛАСОВАНО  
Зам.директора по УР

М.Р.  
Звягина М.Р.  
«31» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО  
И.о. директора

О.В.  
Гнилицкая О.В.  
Приказ № 492 от  
31.08.2023г.



**АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**внеурочной деятельности курса**  
**«АЗБУКА БЕЗОПАСНОСТИ»**  
для обучающегося с задержкой психического развития  
5-7 классы

г.Урай, 2023 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса внеурочной деятельности «Азбука безопасности» разработана на основе:

- Концепции преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (утверждена Решением Коллегии Министерства просвещения Российской Федерации, протокол от 24 декабря 2018 г. № ПК-1вн), требований к результатам освоения программы основного общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте (далее – ФГОС) основного общего образования (утверждён приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287) с учётом распределённых по модулям проверяемых требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования по учебному предмету ОБЖ, федеральной рабочей программы воспитания;

-Федерального закон от 29 декабря 2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» с дополнениями;

-Федеральной адаптированной образовательной программы основного общего образования для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утвержденная приказом Министерства Просвещения Российской Федерации № 1025 от 24.11.2022 года;

-СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

-СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания».

- Устав КОУ «Урайская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья».

Настоящая Программа обеспечивает:

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

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

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

выработку практико-ориентированных компетенций, соответствующих потребностям современности;

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

В Программе содержание курса «Азбука безопасности» структурно представлено четырьмя модулями (тематическими линиями), обеспечивающими непрерывность изучения курса на уровне основного общего образования и преемственность учебного процесса на уровне среднего общего образования:

модуль № 1 «Основы безопасности личности, общества и государства»;

модуль № 2 «Оказание первой помощи и здоровый образ жизни»;

модуль № 3 «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи»;

модуль № 4 «Основы здорового образа жизни»;

В целях обеспечения системного подхода в изучении учебного курса на уровне основного общего образования Программа предполагает внедрение универсальной структурно-логической схемы изучения учебных модулей (тематических линий) в парадигме безопасной жизнедеятельности: «предвидеть опасность → по возможности её избегать → при необходимости действовать». Учебный материал систематизирован по сферам возможных проявлений рисков и опасностей: помещения и бытовые условия; улица

и общественные места; природные условия; коммуникационные связи и каналы; объекты и учреждения культуры.

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО КУРСА «АЗБУКА БЕЗОПАСНОСТИ»**

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

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

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

Современный учебный курс «Азбука безопасности» является системообразующим, имеет свои дидактические компоненты во всех без исключения предметных областях и реализуется через приобретение необходимых знаний, выработку и закрепление системы взаимосвязанных навыков и умений, формирование компетенций в области безопасности, поддержанных согласованным изучением других учебных предметов. Научной базой учебного курса «Азбука безопасности» является общая теория курса «Основы безопасности жизнедеятельности», исходя из которой он должен обеспечивать формирование целостного видения всего комплекса проблем безопасности, включая глобальные, что позволит обосновать оптимальную систему обеспечения безопасности

личности, общества и государства, а также актуализировать для обучающихся построение адекватной модели индивидуального безопасного поведения в повседневной жизни, сформировать у них базовый уровень культуры безопасности жизнедеятельности.

В настоящее время с учётом новых вызовов и угроз подходы к изучению учебного курса несколько скорректированы. Он входит в предметную область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности», является обязательным для изучения на уровне основного общего образования. Изучение курса направлено на обеспечение формирования базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности, что способствует выработке у обучающихся умений распознавать угрозы, избегать опасности, нейтрализовывать конфликтные ситуации, решать сложные вопросы социального характера, грамотно вести себя в чрезвычайных ситуациях. Такой подход содействует закреплению навыков, позволяющих обеспечивать защиту жизни и здоровья человека, формированию необходимых для этого волевых и морально-нравственных качеств, предоставляет широкие возможности для эффективной социализации, необходимой для успешной адаптации обучающихся к современной техно-социальной и информационной среде, способствует проведению мероприятий профилактического характера в сфере безопасности.

### **ЦЕЛЬ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА «АЗБУКА БЕЗОПАСНОСТИ»**

Целью изучения учебного курса «Азбука безопасности» на уровне основного общего образования является формирование у обучающихся базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:

- способность построения модели индивидуального безопасного поведения на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин, механизмов возникновения и возможных последствий различных опасных и чрезвычайных ситуаций, знаний и умений применять необходимые средства и приемы рационального и безопасного поведения при их проявлении;
- сформированность активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного безопасного поведения в интересах безопасности личности, общества и государства;
- знание и понимание роли государства и общества в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

### **МЕСТО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Изучение курса внеурочной деятельности «Азбука безопасности» предусматривается в течение трех лет, в 5-7 классах по 1 часу в неделю. Всего на изучение предмета ОБЖ отводится 102 часов, из них по 34 часа в каждом классе.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### Модуль № 1 «Основы безопасности личности, общества и государства»

цель и задачи учебного курса «Азбука безопасности», его ключевые понятия и значение для человека;

классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её задачи, структура, режимы функционирования;

государственные службы обеспечения безопасности, их роль и сфера ответственности, порядок взаимодействия с ними;

общественные институты и их место в системе обеспечения безопасности жизни и здоровья населения;

права, обязанности и роль граждан Российской Федерации в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций;

антикоррупционное поведение как элемент общественной и государственной безопасности;

информирование и оповещение населения о чрезвычайных ситуациях, система ОКСИОН;

сигнал «Внимание всем!», порядок действий населения при его получении, в том числе при авариях с выбросом химических и радиоактивных веществ;

средства индивидуальной и коллективной защиты населения, порядок пользования фильтрующим противогазом;

эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций, порядок действий населения при объявлении эвакуации.

### Модуль № 2 «Оказание первой помощи и здоровый образ жизни»:

виды ранений и их причины. Общая характеристика кровотечений;

первая помощь при различных видах кровотечений;

клещевой энцефалит, действия при обнаружении укуса;

нарушение осанки и причины их возникновения;

электронные гаджеты, как друзья и враги;

развитие и изменение организма в юном возрасте, физическое и нравственное взросление человека.

### Модуль 3 «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи»:

средства оказания первой помощи;

опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей;

первая помощь при ожогах, солнечном или тепловом ударах;

обморожение и общее охлаждение организма;

происшествия на воде;

закрытые травмы, способы переноски пострадавших.

### Модуль 4 «Основы здорового образа жизни»:

возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни - двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья;

рациональное питание, гигиена питания;

вредные привычки и их влияние на здоровье, здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек;

здоровый образ жизни и профилактика утомления;

компьютер и его влияние на здоровье;

влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека, влияние социальной среды на развитие и здоровье человека;

влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека;

психологическая уравновешенность, стресс и его влияние на человека;

анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.

# ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

## ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Настоящая программа чётко ориентирована на выполнение требований, устанавливаемых ФГОС к результатам освоения основной образовательной программы (личностные, метапредметные и предметные), которые должны демонстрировать обучающиеся по завершении обучения в основной школе.

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

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

### **1. Патриотическое воспитание:**

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

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

### **2. Гражданское воспитание:**

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

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

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

знание и понимание роли государства в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации, формирование веротерпимости,

уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, развитие способности к конструктивному диалогу с другими людьми.

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

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

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

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

### **4. Эстетическое воспитание:**

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

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

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

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

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

установка на осмысление опыта, наблюдений и поступков, овладение способностью оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей.

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

понимание личностного смысла изучения учебного курса «Азбука безопасности», его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства;

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

умение принимать себя и других, не осуждая;

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

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

### **7. Трудовое воспитание:**

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность

инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания; осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого; готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей;

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

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

установка на овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды).

#### **8. Экологическое воспитание:**

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

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

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Метапредметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся межпредметных понятий (используются в нескольких предметных областях и позволяют связывать знания из различных дисциплин в целостную научную картину мира) и универсальных учебных действий (познавательные, коммуникативные, регулятивные); способность их использовать в учебной, познавательной и социальной практике. Выражаются в готовности к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории; овладению навыками работы с информацией: восприятие и создание информационных текстов в различных форматах, в том числе в цифровой среде.

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

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

##### Базовые логические действия:

выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);

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

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

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

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

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

#### Базовые исследовательские действия:

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

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

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

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

#### Работа с информацией:

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

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

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

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

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

эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Овладение системой универсальных познавательных действий обеспечивает сформированность когнитивных навыков обучающихся.

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

### Общение:

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

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

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

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

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

### Совместная деятельность (сотрудничество):

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

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

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

Овладение системой универсальных коммуникативных действий обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

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

#### Самоорганизация:

выявлять проблемные вопросы, требующие решения в жизненных и учебных ситуациях; аргументированно определять оптимальный вариант принятия решений, самостоятельно составлять алгоритм (часть алгоритма) и способ решения учебной задачи с учётом собственных возможностей и имеющихся ресурсов;

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

#### Самоконтроль (рефлексия):

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

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

оценивать соответствие результата цели и условиям.

#### Эмоциональный интеллект:

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

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

#### Принятие себя и других:

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

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

Овладение системой универсальных учебных регулятивных действий обеспечивает формирование смысловых установок личности (внутренняя позиция личности) и жизненных навыков личности (управления собой, самодисциплины, устойчивого поведения).

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Предметные результаты характеризуют сформированностью у обучающихся основ культуры безопасности жизнедеятельности и проявляются в способности построения и следования модели индивидуального безопасного поведения и опыте её применения в повседневной жизни.

Приобретаемый опыт проявляется в понимании существующих проблем безопасности и усвоении обучающимися минимума основных ключевых понятий, которые в дальнейшем будут использоваться без дополнительных разъяснений, приобретении систематизированных знаний основ комплексной безопасности личности, общества и государства, индивидуальной системы здорового образа жизни, антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, овладении базовыми медицинскими знаниями и практическими умениями безопасного поведения в повседневной жизни.

Предметные результаты по предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» должны обеспечивать:

по учебному курсу «Азбука безопасности»:

1) сформированность культуры безопасности жизнедеятельности на основе освоенных знаний и умений, системного и комплексного понимания значимости безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций для личности, общества и государства;

2) сформированность социально ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключающего употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесения иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;

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

4) понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств;

5) сформированность чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга – защите Отечества;

6) знание и понимание роли государства и общества в решении задачи обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального (в том числе террористического) характера;

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

8) овладение знаниями и умениями применять меры и средства индивидуальной защиты, приёмы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

9) освоение основ медицинских знаний и владение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях;

10) умение оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей;

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

12) овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы).

Достижение результатов освоения программы основного общего образования обеспечивается посредством включения в указанную программу предметных результатов освоения модулей учебного курса «Азбука безопасности».

Распределение предметных результатов, формируемых в ходе изучения учебного курса, по учебным модулям:

## **5 КЛАСС:**

### **Модуль 1 «Основы безопасности личности, общества и государства»:**

уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни;

уметь предотвращать возможные опасные и аварийные ситуации в жилище;

освоить приемы действий в опасных ситуациях;

уметь предвидеть возникновение опасных ситуаций, зоны безопасности в городе;

уметь предвидеть возникновение опасных ситуаций в повседневной жизни, на дороге и в транспорте;

уметь применять правила безопасного поведения на дороге;

уметь применять основные правила пожарной безопасности в жилище;

уметь применять основные правила безопасного поведения в быту;

уметь применять правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений;

уметь применять правила безопасного поведения на водоемах в различное время года;

уметь предвидеть возникновение опасных ситуаций природного и техногенного характера по характерным признакам.

## **Модуль 2 «Оказание первой помощи и здоровый образ жизни»:**

знать основные положения о здоровом образе жизни;

знать виды двигательной активности и закаливания;

знать о гигиене питания, сущность рационального питания, пищевая ценность продуктов;

знать о пагубном влиянии вредных привычек на здоровье, умственные и физические способности;

знать основные понятия здорового образа жизни и профилактику вредных привычек.

## **6 КЛАСС**

### **Модуль 1 «Основы безопасности личности, общества и государства»:**

знать правила безопасного поведения в природной среде, уметь применять полученные знания в практической жизни;

знать и владеть способы ориентирования на местности;

Знать отдельно взятые признаки определения сторон горизонта, уметь определять свое место на карте по ближайшим местным предметам;

знать как подготовиться к выходу на природу, уметь распределять режим переходов, обеспечивать чередование нагрузок и отдыха;

знать правила сооружения временного укрытия, уметь приготовить пищу в условиях похода;

знать о чём следует позаботиться, о личном и групповом снаряжении, уметь приводить в порядок и ремонтировать туристское снаряжение в условиях похода;

знать правила безопасности во время активного отдыха на природе, уметь соблюдать режим и график движения, соблюдать установленный режим питания и питьевой режим;

знать меры безопасности при движении в горах;

уметь соблюдать режим движения и отдыха на равнине и в горах;

уметь распределять режим движения в лыжном походе в зависимости от характера местности, погодных условий и уровня подготовки участников похода;

знать правила поведения на воде и оказания помощи утопающему;

использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности на воде;

знать как подготовиться к выходу в поход на велосипеде;

правила безопасности туристов передвигающихся в походе на велосипеде, уметь распределять график движения отдыха во время велосипедного похода;

знать причины опасных ситуаций на транспорте, правила поведения на транспорте;

иметь представление о правилах поведения во время ОС на транспорте;

знать причины опасных ситуаций на транспорте, правила поведения на транспорте;

иметь представление о правилах поведения во время ОС на воздушном транспорте;

владеть навыками подачи сигналов бедствия, уметь принимать решения и приступать к выполнению этого решения незамедлительно;

знать правила безопасного поведения в природной среде (добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия), уметь подавать сигналы бедствия;

знать правила безопасного поведения при опасных проявлениях погоды в нашей местности.

## **Модуль 2 «Оказание первой помощи и здоровый образ жизни»:**

знать общие понятия и определения личной гигиены, природные лекарственные средства; знать наиболее характерные травмы, которые могут возникнуть в походе, правила оказания помощи при травмах, уметь оказывать первую помощь при ушибах и растяжениях;

знать, что является признаками солнечного и теплового удара, обморожения, уметь использовать различные способы при оказании первой помощи при термических ожогах и отморожениях;

знать оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых, уметь срочно удалять из кожи жало насекомого организовать доставку пострадавшего в лечебное заведение;

знать об основах здорового образа жизни, факторах, укрепляющих и разрушающих здоровье; использовать полученные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;

знать, что именно может навредить при общении с компьютером, уметь правильно распределять время работы за компьютером для сбережения здоровья;

знать влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека, уметь использовать доступные способы повышения устойчивости организма человека к неблагоприятным условиям внешней среды;

знать влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека, уметь использовать полученные знания в практической жизни.

## **7 КЛАСС**

### **Модуль 1 «Основы безопасности личности, общества и государства»:**

знать определения: литосфера, атмосфера, гидросфера, биосфера;

знать классификацию природных явлений по месту возникновения;

знать основные группы опасных природных явлений;

уметь соотносить происходящее явление виду чрезвычайной ситуации;

знать причины землетрясений; сейсмически активные районы России, уметь определять силу и интенсивность землетрясения;

знать комплекс мероприятий, проводимых по защите населения от последствий землетрясений. Уметь действовать по сигналу «Внимание всем!»;

уметь действовать в различных ситуациях: при подготовке к землетрясению, если землетрясение началось; если землетрясение началось неожиданно; после землетрясения;

знать расположение вулканов на Земле; причины образования вулканов; типы вулканов;

знать последствия извержения вулканов, уметь действовать, если поступило сообщение о проснувшемся вулкане;

знать причины и последствия оползней; обвалов, уметь действовать при угрозе оползня, обвала;

знать причины возникновения, возможные последствия ураганов и бурь;

знать профилактические меры по защите населения от последствий ураганов и бурь;

уметь действовать: после получения сигнала о штормовом предупреждении; при урагане;

знать причины и последствия смерча. Уметь действовать при угрозе смерча и во время смерча;

знать виды наводнений: половодье, паводок, затор, зажор, ветровой нагон, причины их возникновения;

знать основные мероприятия, проводимые по защите населения от последствий наводнений;

уметь действовать при угрозе и во время наводнений;

знать основные мероприятия по защите населения от наводнений, и их последствий.

### **Модуль 2 «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи»:**

уметь быстро вызывать бригаду скорой помощи, знать порядок действий первой помощи;

знать способы остановки артериального кровотечения, точки пальцевого прижатия артерий;

уметь оказывать ПМП при капиллярном, венозном, артериальном кровотечении;

знать ПМП при ушибе и переломе;

уметь транспортировать пострадавшего различными способами.

### **Модуль 3 «Основы здорового образа жизни»:**

знать, какие качества нужно воспитывать в себе, чтобы повысить психологическую уравновешенность, уметь воспитывать в себе нравственные качества;  
уметь контролировать свои эмоции, знать о пагубном влиянии стресса на здоровье человека;  
соблюдать правила личной гигиены, знать особенности развития организма человека в подростковом возрасте.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Модуль	Кол-во часов	В том числе			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
			Теоретическая работа	Практическая работа	Контрольные работы	
<b>5 класс</b>						
1	Основы безопасности личности, общества и государства	24	18	6	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
2	Оказание первой помощи и здоровый образ жизни	10	8	2	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
<b>Всего:</b>		<b>34</b>	<b>26</b>	<b>8</b>	<b>0</b>	
<b>6 класс</b>						
1	Основы безопасности личности, общества и государства	24	16	8	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
2	Основы первой помощи и здоровый образ жизни	10	6	4	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
<b>Всего</b>		<b>34</b>	<b>22</b>	<b>12</b>	<b>0</b>	
<b>7 класс</b>						
1	Основы безопасности личности, общества и государства	27	22	5	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
2	Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи	3	-	3	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
3	Основы здорового образа жизни	4	2	2	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
<b>Всего:</b>		<b>34</b>	<b>24</b>	<b>10</b>	<b>0</b>	

# ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
<b>Модуль 1 " Основы безопасности личности, общества и государства " 24 ч.</b>						
1	Цели и задачи курса ОБЖ	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac5d4">https://m.edsoo.ru/f5eac5d4</a>
2	Организация дорожного движения, причины и последствия ДТП	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>
3	<b>Практическая работа № 1</b> Безопасное поведение пешеходов и пассажиров	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>
4	Особенности города как среды обитания человека	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>
5	Системы обеспечения безопасности города	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>
6	Пожар	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>
7	<b>Практическая работа № 2</b> Правила поведения при пожарах	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac8c2">https://m.edsoo.ru/f5eac8c2</a>
8	Электричество	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacc82">https://m.edsoo.ru/f5eacc82</a>
9	Опасные вещества и продукты питания	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacdf4">https://m.edsoo.ru/f5eacdf4</a>
10	Опасность толпы	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacf84">https://m.edsoo.ru/f5eacf84</a>
11	<b>Практическая работа № 3</b> Собака бывает кусачей	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5ead51a">https://m.edsoo.ru/f5ead51a</a>
12	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5ead51a">https://m.edsoo.ru/f5ead51a</a>
13	Железнодорожный транспорт	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5ead51a">https://m.edsoo.ru/f5ead51a</a>

14	Авиационный транспорт	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>
15	Морской и речной транспорт	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5ead68c">https://m.edsoo.ru/f5ead68c</a>
16	Психологические основы самозащиты	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf78e">https://m.edsoo.ru/f5eaf78e</a>
17	Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf78e">https://m.edsoo.ru/f5eaf78e</a>
18	Криминальные ситуации на улице	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb038c">https://m.edsoo.ru/f5eb038c</a>
19	<b>Практическая работа № 4</b> Правила поведения при захвате в заложники	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0a76">https://m.edsoo.ru/f5eb0a76</a>
20	Загрязнение воды	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb06f2">https://m.edsoo.ru/f5eb06f2</a>
21	Загрязнение воздуха	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0d96">https://m.edsoo.ru/f5eb0d96</a>
22	Загрязнение почвы	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb14e4">https://m.edsoo.ru/f5eb14e4</a>
23	<b>Практическая работа № 5</b> Фильтрующие противогазы	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb1da4">https://m.edsoo.ru/f5eb1da4</a>
24	<b>Практическая работа № 6</b> Пользование противогазом	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb279a">https://m.edsoo.ru/f5eb279a</a>
<b>Модуль 2 «Оказание первой помощи и здоровый образ жизни» 10 ч.</b>					
25	Виды ранений и их причины	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb06f2">https://m.edsoo.ru/f5eb06f2</a>
26	Общая характеристика кровотечений	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf78e">https://m.edsoo.ru/f5eaf78e</a>
27	<b>Практическая работа № 7</b> Первая помощь при различных видах кровотечений	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb14e4">https://m.edsoo.ru/f5eb14e4</a>
28	<b>Практическая работа № 8</b> Нарушения осанки и причины их возникновения	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf78e">https://m.edsoo.ru/f5eaf78e</a>
29	Телевизор и компьютер - друзья или враги	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e">https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e</a>

30	Развитие и изменение организма в вашем возрасте	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e">https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e</a>
31	Правила поведения при пожаре	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb2d94">https://m.edsoo.ru/f5eb2d94</a>
32	Осторожно, клещи!	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3384">https://m.edsoo.ru/f5eb3384</a>
33	Правила дорожного движения для пешеходов, пассажиров и велосипедистов	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacc82">https://m.edsoo.ru/f5eacc82</a>
34	Правила поведения на воде	1	0	0	<a href="https://gibdd-gai.ru">https://gibdd-gai.ru</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		<b>34</b>	<b>0</b>	<b>8</b>	

## 6 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
<b>Модуль 1 " Основы безопасности личности, общества и государства " 24 ч.</b>						
1	Закрепление целей и задач курса ОБЖ	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac5d4">https://m.edsoo.ru/f5eac5d4</a>	
2	Причины возникновения ДТП	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>	
3	<b>Практическая работа № 1</b> Закрепление правила дорожного движения для пешеходов	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>	
4	<b>Практическая работа № 2</b> Правила поведения при пожарах. Эвакуация	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>	
5	Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>	
6	Факторы и стрессоры выживания в природных условиях	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>	
7	Психологические основы выживания в природных условиях	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac8c2">https://m.edsoo.ru/f5eac8c2</a>	
8	Страх-главный психологический враг	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacc82">https://m.edsoo.ru/f5eacc82</a>	

9	Подготовка к походу и поведение в природных условиях	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacdf4">https://m.edsoo.ru/f5eacdf4</a>
10	Надежные одежда и обувь – важное условие безопасности	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacf84">https://m.edsoo.ru/f5eacf84</a>
11	<b>Практическая работа № 3</b> Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5ead51a">https://m.edsoo.ru/f5ead51a</a>
12	<b>Практическая работа № 4</b> Действия при потере ориентировки	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5ead51a">https://m.edsoo.ru/f5ead51a</a>
13	<b>Практическая работа № 5</b> Способы ориентирования и определение направления движения	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5ead51a">https://m.edsoo.ru/f5ead51a</a>
14	Техника движения в природных условиях	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>
15	Сооружение временного жилища, добывание и использование огня	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5ead68c">https://m.edsoo.ru/f5ead68c</a>
16	Опасная пиротехника	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eafaf0">https://m.edsoo.ru/f5eafaf0</a>
17	Обеспечение питанием и водой	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf78e">https://m.edsoo.ru/f5eaf78e</a>
18	<b>Практическая работа № 6</b> Особенности лыжных, водных и велосипедных походов	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb038c">https://m.edsoo.ru/f5eb038c</a>
19	Безопасность на водоёмах	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0a76">https://m.edsoo.ru/f5eb0a76</a>
20	<b>Практическая работа № 7</b> Сигналы бедствия	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb06f2">https://m.edsoo.ru/f5eb06f2</a>
21	Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0d96">https://m.edsoo.ru/f5eb0d96</a>
22	<b>Практическая работа № 8</b> Коллективные и индивидуальные средства защиты	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb14e4">https://m.edsoo.ru/f5eb14e4</a>
23	Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb1da4">https://m.edsoo.ru/f5eb1da4</a>
24	Взрывы в местах массового скопления людей	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb279a">https://m.edsoo.ru/f5eb279a</a>

**Модуль 2 «Основы первой помощи и здоровый образ жизни» 10 ч.**

25	<b>Практическая работа № 9</b> Средства оказания первой помощи	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb06f2">https://m.edsoo.ru/f5eb06f2</a>
26	<b>Практическая работа № 10</b> Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf78e">https://m.edsoo.ru/f5eaf78e</a>
27	Первая помощь при ожогах	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb14e4">https://m.edsoo.ru/f5eb14e4</a>
28	<b>Практическая работа № 11</b> Тепловой и солнечный удар	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf78e">https://m.edsoo.ru/f5eaf78e</a>
29	Обморожение и общее охлаждение организма	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e">https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e</a>
30	Беда на воде	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e">https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e</a>
31	Закрытые травмы	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb2d94">https://m.edsoo.ru/f5eb2d94</a>
32	<b>Практическая работа № 12</b> Способы переноски пострадавших	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3384">https://m.edsoo.ru/f5eb3384</a>
33	Осторожно клещи!	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacc82">https://m.edsoo.ru/f5eacc82</a>
34	Правила дорожного движения для пешеходов, пассажиров, велосипедистов	1	0	0	<a href="https://gibdd-gai.ru">https://gibdd-gai.ru</a>
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>34</b>	<b>0</b>	<b>12</b>	

**7 КЛАСС**

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
<b>Модуль 1 " Основы безопасности личности, общества и государства " 27 ч.</b>						
1	Закрепление целей и задач курса ОБЖ	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac5d4">https://m.edsoo.ru/f5eac5d4</a>	
2	Закрепление правил дорожного движения для пешеходов	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>	

3	<b>Практическая работа № 1</b> Безопасность пешеходов на дорогах	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>
4	Происхождения и классификация землетрясений	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>
5	Правила безопасного поведения при землетрясениях	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>
6	<b>Практическая работа № 2</b> Пожары. Причины их возникновения и правила поведения	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>
7	Оползни	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac8c2">https://m.edsoo.ru/f5eac8c2</a>
8	Сели	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacc82">https://m.edsoo.ru/f5eacc82</a>
9	Обвалы	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacdf4">https://m.edsoo.ru/f5eacdf4</a>
10	Последствия оползней, селей, обвалов	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacf84">https://m.edsoo.ru/f5eacf84</a>
11	<b>Практическая работа № 3</b> Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5ead51a">https://m.edsoo.ru/f5ead51a</a>
12	Происхождение ураганов, бурь, и смерчей	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5ead51a">https://m.edsoo.ru/f5ead51a</a>
13	Классификация ураганов, бурь, и смерчей	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5ead51a">https://m.edsoo.ru/f5ead51a</a>
14	Последствия бурь, ураганов и смерчей и меры по уменьшению ущерба от них	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>
15	<b>Практическая работа № 4</b> Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов бурь и смерчей	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5ead68c">https://m.edsoo.ru/f5ead68c</a>
16	Опасная пиротехника	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eafaf0">https://m.edsoo.ru/f5eafaf0</a>
17	Виды наводнений	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf78e">https://m.edsoo.ru/f5eaf78e</a>

18	Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb038c">https://m.edsoo.ru/f5eb038c</a>
19	Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0a76">https://m.edsoo.ru/f5eb0a76</a>
20	Причины природных пожаров и их классификация	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb06f2">https://m.edsoo.ru/f5eb06f2</a>
21	Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0d96">https://m.edsoo.ru/f5eb0d96</a>
22	<b>Практическая работа № 5</b> Правила безопасного поведения в зоне лесного и торфяного пожара и при его тушении	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb14e4">https://m.edsoo.ru/f5eb14e4</a>
23	Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb1da4">https://m.edsoo.ru/f5eb1da4</a>
24	Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb279a">https://m.edsoo.ru/f5eb279a</a>
25	Человек и стихия	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb279a">https://m.edsoo.ru/f5eb279a</a>
26	Характер и темперамент	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb279a">https://m.edsoo.ru/f5eb279a</a>
27	Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb279a">https://m.edsoo.ru/f5eb279a</a>
<b>Модуль 2 «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи» 3 ч.</b>					
28	<b>Практическая работа № 6</b> Правила наложения повязок	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb06f2">https://m.edsoo.ru/f5eb06f2</a>
29	<b>Практическая работа № 7</b> Первая помощь при переломах, переноска пострадавших	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf78e">https://m.edsoo.ru/f5eaf78e</a>
30	<b>Практическая работа № 8</b> Отработка навыков наложения повязок	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb14e4">https://m.edsoo.ru/f5eb14e4</a>
<b>Модуль 3 «Основы здорового образа жизни» 4 ч.</b>					
31	<b>Практическая работа № 9</b> Пожары. Правила поведения при пожарах в школе. Эвакуация	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf78e">https://m.edsoo.ru/f5eaf78e</a>
32	Режим- необходимое условие здорового образа жизни	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e">https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e</a>

33	Осторожно, клещи!	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e">https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e</a>
34	<b>Практическая работа № 10</b> Раздел ПДД. Правила для пешеходов, пассажиров и велосипедистов	1	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb2d94">https://m.edsoo.ru/f5eb2d94</a>
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		<b>34</b>	<b>0</b>	<b>10</b>	

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

1. Основы безопасности жизнедеятельности: 5 класс: учебник / В.В. Поляков, М.И. Кузнецов, В.В. Марков, В.Н. Ланчук.-. 5-е изд., пересмотр. –М.: Дрофа, 2016.
2. Основы безопасности жизнедеятельности: 6 класс: учеб. Для общеобразоват. учреждений /А.Г. Маслов, М.И. Кузнецов, В.В. Марков, В.Н. Ланчук. –М.: Дрофа, 2013.
3. Основы безопасности жизнедеятельности: 7 класс: учебник О-75 /С.Н. Вангородский, М.И. Кузнецов, В.В. Марков, В.Н. Ланчук.-. 2-е изд., пересмотр. –М.: Дрофа, 2015.

4.

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

Основы безопасности жизнедеятельности. Методическое пособие для учителя к учебнику под научной редакцией Ю. С. Шойгу «Основы безопасности жизнедеятельности. 8—9 классы. В 2 частях»

/Д. П. Рудаков. — М. : Просвещение, 2020. — 144 с. : ил. — ISBN 978-5-09-076944-0.

Рудаков Д. П. Модель предмета ОБЖ на базе ИКТ-технологий /

Д. П. Рудаков // Основы безопасности жизнедеятельности. — 2020. —№ 5. — С. 19—21.

Основы безопасности жизнедеятельности. — 2020. —№ 6. — С. 32—34.

Рудаков Д. П. Безопасность в школе. С чего начать? / Д. П. Рудаков, Т. А. Пашутина //

Рудаков Д. П. Почему актуален предмет ОБЖ / Д. П. Рудаков // ОБЖ. Основы безопасности жизни. —2011. — № 12. — С. 7—16.

Вишняков Я. Д. Противодействие терроризму / Я. Д. Вишняков, С. П. Киселёва, С. Г. Васин; под ред. Я. Д. Вишнякова. — М.: Издательский центр «Академия», 2012.

Дежурный Л. И. Первая помощь: учебное пособие для лиц, обязанных и (или) имеющих право оказывать первую помощь / Л. И. Дежурный, Ю. С. Шойгу, С. А. Гуменюк и др. — М.: ФГБУ «ЦНИИОИЗ» Минздрава России, 2018.

Защита в чрезвычайных ситуациях: учебник / под общ. ред. В. А. Пучкова; МЧС России. — СПб.: Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России, 2015.

Концепция преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы.

Приказ Минздравсоцразвития России от 04.05.2012 г. № 477н «Об утверждении перечня состояний, при которых оказывается первая помощь, и перечня мероприятий по оказанию первой помощи».

### **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

Российская электронная школа: <https://resh.edu.ru>

Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий: <https://www.mchs.gov.ru/>

Национальный антитеррористический комитет: <http://nac.gov.ru/>

Национальный Центр информационного противодействия терроризму и экстремизму в образовательной среде и сети Интернет (НЦПТИ): <https://ncpti.su/>

Госавтоинспекция: <https://гибдд.рф/>

ОБЖ. Основы безопасности жизнедеятельности: <http://обж.рф/>

Единая коллекция доступа к цифровым образовательным ресурсам: <http://school-collection.edu.ru/>

Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов: <http://fcior.edu.ru/>

Сообщество взаимопомощи учителей. ОБЖ — база разработок