

Устьянский муниципальный округ Архангельской области

МБОУ «Бестужевская СОШ»

Филиал «Квазеньгская ООШ»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА КУРСА

«МОЯ БЕЗОПАСНОСТЬ»

(5 - 7 КЛАССЫ)

п. Квазеньга. 2023

Содержание учебного курса

5 класс

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства

Раздел 1. Основы комплексной безопасности.

Человек, его среда обитания, безопасность человека.

Роль городов в развитии человеческого общества. Особенности современных городов, их жизнеобеспечение. Наиболее характерные опасные ситуации для человека, которые могут возникнуть в городе. Возможные опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище; меры по их профилактике.

Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат города. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды.

Особенности социальной среды в городе с учетом его предназначения (город-столица, город-порт и др.). Зоны повышенной криминогенной опасности, зоны безопасности в городе. Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе: со взрослыми и сверстниками, с незнакомым человеком.

Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях. Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в городе. Основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.

Опасные ситуации техногенного характера.

Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения. Регулирование дорожного движения; дорожная разметка; дорожные знаки; светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения. Пешеход - участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге. Пассажир, общие обязанности пассажира. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Меры безопасности при поездке

железнодорожным транспортом. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом. Водитель – главная фигура в обеспечении дорожного движения. Велосипед – транспортное средство. Велосипедист – водитель транспортного средства. Требования к водителю велосипеда.

Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище; личная безопасность при пожаре. Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Общие правила безопасного поведения в быту. Безопасное обращение с электроприборами, с бытовым газом, со средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером.

Опасные ситуации природного характера.

Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения в предвидении и во время опасных природных явлений.

Водоемы в черте села. Состояние водоемов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года.

Раздел 2. Защита населения РФ от ЧС.

ЧС природного и техногенного характера.

Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы. Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера: аварии на радиационно-опасных объектах; аварии на пожаро-взрыво-опасных объектах; аварии на химических объектах. Основные причины возникновения чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Обеспечение личной безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ.

Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение.

Криминогенные ситуации, причины их возникновения. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации.

Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома.

Безопасность на улице. Знание города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасных ситуаций. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знания расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и др.). Умение соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе. Взрывное устройство на улице.

Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.

Чрезвычайно опасное социальное явление для каждого человека и общества в целом – экстремизм и терроризм. Экстремизм и его преступная сущность. Современный терроризм – угроза жизненно важным интересам личности, общества и государства. Основные факторы, способствующие распространению терроризма.

Характеристика основных видов экстремистской деятельности. Характеристика основных видов террористической деятельности. Основные направления поведения учащихся для формирования негативного отношения к противоправному поведению.

Наиболее опасные и распространенные виды террористических актов, их признаки и последствия. Рекомендации специалистов по правилам безопасного поведения для снижения вероятности совершения террористического акта и минимизации его последствий.

Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних.

Уголовная ответственность за преступление против общественного порядка.

Уголовная ответственность за преступления против общественной безопасности.

Раздел 4. Основы здорового образа жизни.

Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни.

Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств. Основные составляющие здорового образа жизни. Режим дня и умение рационально распределять свое время как основное составляющее здорового образа жизни.

Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Систематические занятия физической культурой - обязательные условия для укрепления и сохранения здоровья.

Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества: углеводы, жиры, белки, витамины, минеральные вещества, вода. Гигиена питания.

Факторы разрушающие здоровье

Потенциальные возможности человека, значение образа жизни и привычек для их реализации по совершенствованию духовных и физических качеств. Вредные привычки, их отрицательное влияние на развитие способностей человека и на его здоровье.

Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного дыма на организм курящего и на окружающих. Возможные последствия для здоровья человека от постоянного курения. Как уберечь себя от курения. Алкоголь - наркотический яд. Влияние алкоголя на организм человека. Возможные последствия употребления алкоголя. Алкоголь и преступность. Отношение человека, ведущего здоровый образ жизни, к употреблению спиртных напитков.

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

Первая неотложная помощь и правила её оказания.

Первая медицинская помощь, общее положение по оказанию первой

Содержание учебного курса

медицинской помощи.

Ситуации, при которых следует немедленно вызывать скорую медицинскую помощь, правила ее вызова. Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома.

Последовательно отрабатываются навыки в оказании первой медицинской помощи: при ушибах; при ссадинах.

Отравления, пути попадания токсических веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях.

По выбору преподавателя отрабатываются навыки по оказанию первой медицинской помощи при отравлении.

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства

Раздел 1. Основы комплексной безопасности.

Подготовка к активному отдыху на природе.

Особенности природной среды. Необходимость сохранения окружающей природной среды. Понятие ориентирования на местности. Способы определения сторон горизонта в дневное и ночное время. Определение своего местонахождения с помощью карты. Способы ориентирования карты: по компасу, по линиям местности, по направлениям на местные предметы. Движение по маршрутам по азимуту. Порядок и содержание предварительной подготовки к выходу на природу. Распределение обязанностей между участниками похода. Требования к определению района похода и к маршруту движения. Режим похода.

Понятие «бивак». Выбор места для бивака. Организация основных бивачных работ: заготовка топлива, разведение костра, приготовление пищи. Особенности подбора и подготовки к походу туристского снаряжения в зависимости от условий похода. Одежда туриста, требования к ней. Комплект аптечки первой помощи.

Активный отдых на природе и безопасность.

Общие правила безопасного поведения во время активного отдыха на природе. Необходимость тщательной подготовки к любому выходу на природу. Значение соблюдения правил личной безопасности в походе. Особенности пешеходного туризма. Порядок движения туристов по равнинной и горной местности. Обеспечение безопасности туриста в пешем походе по равнинной и горной местности. Особенности подготовки и проведения лыжных походов. Особенности экипировки и снаряжения туриста-лыжника. Режим движения лыжника. Обеспечение безопасности туриста-лыжника в походе. Особенности водного туризма. Требования к уровню подготовки туриста-

водника. Этапы подготовки к водному походу. Правила безопасного поведения на воде во время похода.

Основные особенности велосипедного туризма и требования, предъявляемые к его участникам. Мероприятия, проводимые при подготовке к велосипедному походу. Обеспечение безопасности, в том числе личной, участников велосипедного похода.

Дальний и выездной туризм. Меры безопасности.

Общие представления о дальнем и выездном туризме. Влияние дальних поездок на здоровье человека. Общие правила подготовки к дальнему и выездному туризму. Личная безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация- неизбежный процесс, происходящий в организме человека, связанный с приспособлением организма к новым климатическим условиям. Факторы, влияющие на акклиматизацию человека. Особенности акклиматизации к условиям холодного климата, жаркого климата. Общие правила поведения человека в новых климатических условиях для обеспечения его личной безопасности. Особенности климатических условий в горах. Влияние высоты на организм человека. Горная болезнь. Особенности акклиматизации в горах. Обеспечение личной безопасности с учетом колебаний температуры воздуха, солнечной радиации и влажности воздуха в горах. Общие меры по обеспечению безопасности пассажиров при следовании к местам отдыха различными видами транспорта. Правила по обеспечению личной безопасности при поездке к месту отдыха в автомобиле, в железнодорожном транспорте. Способы и средства по обеспечению безопасности пассажиров на водном транспорте. Общие правила безопасного поведения пассажиров на корабле. Рекомендации по обеспечению личной безопасности пассажира при кораблекрушении. Обеспечение безопасности пассажиров на воздушном транспорте. Правила поведения пассажира после посадки в самолет. Рекомендации по безопасному поведению пассажира при возникновении аварийной ситуации в полете.

Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде.

Понятие об автономном существовании человека в природной среде. Добровольное и вынужденное автономное существование человека в природной среде. Умения и качества человека, необходимые для успешного автономного существования в природе. Содержание добровольной автономии человека (группы людей) в природной среде, основные цели добровольной автономии. Характерные примеры добровольного существования человека (группы людей) в природной среде. Предварительная всесторонняя подготовка к добровольной автономии, ее значение. Влияние вынужденной автономии на состояние человека. Задачи, которые приходится решать человеку в условиях вынужденной автономии. Правила безопасного поведения в условиях вынужденной автономии.

Умения, которыми должен овладеть человек для безопасного существования в природной среде: сооружение временного укрытия из подручных средств; способы добывания огня; способы обеспечения питьевой водой.

Опасные ситуации в природных условиях.

Влияние погодных условий на безопасное пребывание человека в природной среде. Характерные признаки ухудшения погоды. Безопасное поведение во время грозы. Безопасное поведение во время пурги.

Опасности, возникающие при неожиданной встрече с дикими животными в природной среде. Рекомендации специалистов по безопасному поведению в природных условиях при встрече с дикими животными. Меры безопасности при встрече со змеей.

Кровососущие насекомые и средства защиты от них. Жалящие насекомые и защита от них. Лесные клещи, места их обитания, опасность их укуса.

Опасность для здоровья человека в случае заражения клещевым энцефалитом.

Пути заражения клещевым энцефалитом. Меры профилактики клещевого энцефалита.

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

Первая помощь при неотложных состояниях.

Основные правила личной гигиены, которые необходимо соблюдать в походной жизни. Умение оказать первую помощь

(самопомощь и взаимопомощь) и обеспечить безопасность туриста. Индивидуальная аптечка, ее предназначение и содержание.

Оказание первой помощи при ссадинах и потертостях. Оказание первой помощи при ушибах и вывихах. Оказание первой помощи при растяжениях и разрывах связок.

Причины, способствующие возникновению в походных условиях теплового и солнечного ударов, отморожения и термического ожога. Внешние проявления и состояния человека при возникновении в условиях теплового и солнечного ударов, отморожения и термического ожога.

Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и термическом ожоге. Рекомендации по правилам оказания первой помощи при укусах змей и насекомых. Последовательность и правила оказания первой помощи при укусах змей и насекомых.

Раздел 4. Основы здорового образа жизни.

Здоровье человека и факторы на него влияющие.

Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека.

Утомление, его причины и возможные последствия. Профилактика утомления.

Роль компьютера в жизни современного человека. Влияние работы за компьютером на здоровье человека. Безопасный режим работы школьника за компьютером.

Зависимость здоровья человека от состояния окружающей среды. Влияние производственной деятельности человека на загрязнение окружающей природной среды. Пути повышения устойчивости организма человека к неблагоприятному воздействию на него внешней среды. Сущность и значение социального развития человека. Формирование социальной зрелости учащегося.

Психоактивные вещества и наркотики. Наркомания и механизм формирования

наркотической зависимости. Основные причины распространения наркомании. Наркомания и ее распространение. Первая проба наркотиков – начало развития наркомании. Четыре правила «Нет наркотикам!»

7 класс

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства

Основы комплексной безопасности.

Опасные ситуации природного характера.

Различные природные явления и причины их возникновения. Строение оболочки земли: литосфера, атмосфера, гидросфера и биосфера. Круговорот веществ и энергии в географической оболочке. Общая характеристика природных явлений. Природные явления геологического, метеорологического, гидрологического, биологического и космического происхождения, их характеристика, возникновение опасности для жизнедеятельности человека. Опасные и чрезвычайные ситуации. Общие понятия и определения. ЧС природного характера.

Защита населения РФ от ЧС.

ЧС геологического происхождения.

Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия.

Геологические процессы, происходящие в литосфере Земли, в результате которых возникают землетрясения. Очаг, магнитуда, эпицентр, интенсивность землетрясения. Возможные последствия землетрясений. Основные районы на территории России, где вероятность землетрясений велика. Основные принципы защиты населения от землетрясений. Комплекс мероприятий, проводимых по защите населения от последствий землетрясений. Разработка способов повышения устойчивости зданий и сооружений, а также защита от воздействия сейсмических волн. Организация оповещения населения. Обучение населения

правилам безопасного поведения в сейсмоопасных районах. Организация аварийно-спасательных работ. Правила безопасного поведения населения при землетрясении в различных ситуациях: если землетрясение застало вас дома, на улице, в школе. Правила безопасного поведения после землетрясения.

Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле. Типы вулканов: действующие, дремлющие и потухшие, их характеристики, причины и предвестники их извержений. Последствия извержения вулканов. Образование лавовых потоков, вулканических грязевых потоков, выпадение твердых вулканических продуктов, образование палящей вулканической тучи, выделение вулканических газов.

Организация защиты населения от последствий извержения вулканов.

Оползни, причины их возникновения. Классификация оползней по занимаемой ими площади. Последствия оползней. Организация защиты населения от последствий оползней. Рекомендации населению по действиям при угрозе возникновения оползня.

Обвалы и снежные лавины, их причины и последствия. Организация защиты населения от последствий обвалов и снежных лавин. Рекомендации населению по действиям при угрозе обвалов и схода снежных лавин.

ЧС метеорологического происхождения.

Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия. Циклоны - причина возникновения ураганов и бурь, их строение, скорость перемещения.

Последствия ураганов и бурь. Характеристика разрушительной силы ураганов и бурь. Шкала Бофорта, определяющая силу ветра. Воздействие ветра на окружающую среду.

Мероприятия по защите населения от последствий ураганов и бурь.

Организация непрерывного наблюдения за состоянием атмосферы. Прогноз возникновения циклонов, их перемещение и возможные последствия.

Организация оповещения населения об угрозе ураганов и бурь. Рекомендации населению по правилам поведения при получении штормового оповещения о приближении урагана или бури.

Смерч, основные понятия и определения. Характеристики смерча, разрушительная сила смерча и его возможные последствия. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время смерча.

ЧС гидрологического происхождения.

Наводнения, виды наводнений и их причины. Природные явления гидрологического происхождения, вызывающие наводнения. Возможные последствия наводнений. Основные мероприятия, проводимые по защите населения от последствий наводнений. Прогнозирование наводнений, строительство защитных сооружений, оповещение населения, организация эвакуации и спасательных работ, подготовка населения к действиям при угрозе и во время наводнения. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения.

Сели и их характеристика, причины возникновения селей, их последствия. Защита населения от селевых потоков. Рекомендации населению, проживающему в селеопасных районах.

Цунами и их характеристика. Причины возникновения цунами, их возможные последствия. Организация защиты населения от последствий цунами. Подготовка населения к безопасному при угрозе возникновения цунами, во время цунами и после него.

Природные пожары. ЧС биолого-социального происхождения.

Лесные и торфяные пожары, виды пожаров, классификация и их характеристика. Последствия лесных и торфяных пожаров для населения и окружающей среды.

Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения от лесных пожаров. Общие рекомендации по безопасному поведению при нахождении вблизи очага пожара в лесу.

Инфекционные болезни человека, причины их возникновения. Классификация инфекционных болезней по способу передачи инфекции от больного человека к здоровому.

Эпидемия, ее характеристика, опасность для населения. Эпидемический процесс и факторы, его определяющие. Противоэпидемические мероприятия и защита населения. Характеристика некоторых наиболее распространенных инфекционных заболеваний и их профилактика. Комплекс мероприятий, проводимых для защиты населения от массовых инфекционных заболеваний.

Правила личной гигиены для профилактики инфекционных заболеваний. Инфекционные болезни животных и растений. Причины их возникновения, краткая характеристика. Противоэпизоотические и противоэпифитотические мероприятия.

Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ.

Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму.

Законодательная и нормативно-правовая база Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз и по организации борьбы с терроризмом и экстремизмом.

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Основы здорового образа жизни.

ЗОЖ и его значение для гармоничного развития человека.

Психологическая уравновешенность, ее значение в формировании системы здорового образа жизни и обеспечения личной безопасности. Качества,

необходимые для повышения уровня психологической уравновешенности. Психологическая уравновешенность и умение завести друзей. Общие понятия и определения стресса. Стресс и стадии развития общего адаптационного синдрома. Влияние стресса на состояние здоровья человека. Содержание общих принципов борьбы со стрессом. Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте. Особенности развития организма человека в подростковом возрасте. Физическое развитие, индивидуальные особенности внешнего облика человека. Различия в развитии мальчиков и девочек. Соблюдение правил личной гигиены в подростковом возрасте. Особенности психического развития человека в подростковом возрасте.

Формирование личности подростка при взаимоотношении со сверстниками. Рост потребности общения со сверстниками, пути достижения признания среди сверстников. Возможные конфликтные ситуации при общении со сверстниками, основные пути их разрешения. Личные качества, обеспечивающие более тесное общение со сверстниками.

Формирование взаимоотношений со сверстниками противоположного пола. Факторы, определяющие развитие взаимоотношений со сверстниками противоположного пола. Формирование социально значимых качеств для установления правильного взаимоотношения со сверстниками противоположного пола. Духовная и социальная зрелость и ее значение в определении стиля своего поведения с лицами противоположного пола. Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних. Значение правового воспитания для социального развития подростка. Правонарушения, совершаемые подростками, и их основные причины. Уголовная ответственность несовершеннолетних, предусмотренная Уголовным кодексом Российской Федерации (УК РФ, 1997 г.).

Основы медицинских знаний и оказание первой неотложной помощи.

Первая неотложная помощь при неотложных состояниях.

Общие понятия и определения первой медицинской помощи, доврачебной помощи, первой врачебной помощи. Общий порядок действий при оказании первой медицинской помощи.

Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении: при незначительных ранах, при сильном кровотечении. Оказание первой медицинской помощи при артериальном и венозном кровотечении. Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах. Общие правила транспортировки пострадавшего.

Планируемые результаты

5класс

По окончании изучения учебного курса «ОБЖ» в 5 классе учащиеся научатся:

- формированию 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;
- формированию убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- пониманию личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- пониманию 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;
- пониманию необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формированию установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- формированию антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- пониманию необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знанию основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного,

техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;

- знанию и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

По окончании изучения учебного курса «ОБЖ» в 5 классе учащиеся получают возможность научиться:

- умению оказать первую помощь пострадавшим;
- умению предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умению принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

6 класс

По окончании изучения учебного курса «ОБЖ» в 6 классе учащиеся научатся:

- формированию 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;
- формированию убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- пониманию личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- пониманию 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;
- пониманию необходимости подготовки граждан к военной службе;

- формированию установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- формированию антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- пониманию необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знанию основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- знанию и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

По окончании изучения учебного курса «ОБЖ» в 6 классе учащиеся получают возможность научиться:

- умению оказать первую помощь пострадавшим;
- умению предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;

умению принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

7 класс

По окончании изучения учебного курса «ОБЖ» в 7 классе учащиеся научатся:

- формированию 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;
- формированию убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- пониманию личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

- пониманию 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;

- пониманию необходимости подготовки граждан к военной службе;

- формированию установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

- формированию антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;

- пониманию необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;

- знанию основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;

- знанию и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

По окончании изучения учебного курса «ОБЖ» в 7 классе учащиеся получают возможность научиться:

- умению оказать первую помощь пострадавшим;

- умению предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;

- умению принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Тематическое планирование

5 класс

№ урок а п/п	Тема раздела, урока	Количе ство часов	Форма проведения занятия
Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (11 часов)			
Раздел 1. Основы комплексной безопасности (7 часов)			
Глава 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека (1 час)			
1	Город, как среда обитания человека. Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища. Особенности природных условий в городе. Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность. Безопасность в повседневной жизни.	1	Комбинированный
Глава 2. Опасные ситуации техногенного характера (5 часов)			
2	Дорожное движение, безопасность	1	Комбинированный
3	Пешеход. Безопасность пешехода.	1	Комбинированный
4	Пассажир. Безопасность пассажира.	1	Комбинированный
5	Водитель. Велосипедист-водитель транспортного средства.	1	Комбинированный
6	Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых ситуациях.	1	Комбинированный
Глава 3. Опасные ситуации природного характера. (1 час)			
7	Погодные явления и безопасность человека. Безопасность на водоёмах.	1	Комбинированный
Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (1 час)			
Глава 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (2 часа)			
8	Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера.	1	Комбинированный
Раздел 3. Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации (3 часа)			
Глава 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение (1 час)			
9	Антиобщественное поведение и его опасность. Обеспечение личной безопасности дома. Обеспечение личной безопасности на	1	Комбинированный

	улице.		
Глава 6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства (2 часа)			
10	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения. Виды экстремистской и террористической деятельности.	1	Комбинированный
11	Виды террористических актов и их последствия. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.	1	Комбинированный
Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (4 часа)			
Раздел 4. Основы здорового образа жизни (2 часа)			
Глава 7. Возрастные особенности развития			
12	О здоровом образе жизни. Двигательная активность и закаливание организма - необходимые условия укрепления здоровья. Рациональное питание. Гигиена питания.	1	Комбинированный
Глава 8. Факторы, разрушающие здоровье (1 час)			
13	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека. Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек.	1	Комбинированный
Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (2 часа)			
Глава 9. Первая медицинская помощь и правила её оказания (2 часа)			
14	ПМП при различных видах повреждений. Оказание первой медицинской помощи при ушибах и ссадинах.	1	Комбинированный
15	ПМП при отравлениях. ПМП при отравлениях никотином и угарным газом.	1	Комбинированный
16	Повторительно-обобщающий урок по курсу	1	Повторение
17	Итоговая зачётная работа по курсу	1	Контроль знаний

**Воспитательные аспекты уроков курса
«Моя безопасность» в 5 классе**

№ п /п	Название темы/раздела	Содержание воспитания
1	Основы комплексной безопасности	Формирование и осознание и выработка у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности окружающих
2	Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций	Формирование у обучающихся способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных и угрожающих жизни условиях и умение адекватно реагировать на различные опасные ситуации с учётом своих возможностей
3	Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	Формирование у обучающихся антиэкстремистского и антитеррористического поведения
4	Основы здорового образа жизни	Формирование у обучающихся потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, отрицательного отношения к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков
5	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	Формирование у обучающихся медицинских знаний и умений оказывать первую помощь пострадавшим

6 класс

№ п/п	Тема раздела, урока	Количество часов	Форма проведения занятия
Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (12 часов)			
Раздел 1. Основы комплексной безопасности. (12 часов)			
Глава 1. Подготовка к активному отдыху на природе (2 часа)			

1	Природа и человек. Ориентирование на местности. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.	1	Комбинированный
2	Подготовка к выходу на природу. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Определение необходимого снаряжения для похода.	1	Комбинированный
Глава 2. Активный отдых на природе и безопасность (3 часа)			
3	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.	1	Комбинированный
4	Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности. Подготовка и проведение лыжных походов.	1	Комбинированный
5	Водные походы и обеспечение безопасности на воде. Велосипедные походы и безопасность туристов.	1	Комбинированный
Глава 3. Дальний и выездной туризм. Меры безопасности (3 часа)			
6	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме.	1	Комбинированный
7	Акклиматизации человека в различных климатических условиях. Акклиматизация человека в горной местности.	1	Комбинированный
8	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта. Обеспечение личной безопасности на водном транспорте. Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте.	1	Комбинированный
Глава 4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде (2 часа)			
9	Автономное существование человека в природе. РС – 2. Добровольная автономия человека в природной среде. Вынужденная автономия человека в природной среде.	1	Комбинированный

10	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.	1	Комбинированный
Глава 5. Опасные ситуации в природных условиях (2 часа)			
11	Опасные погодные явления. Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.	1	Комбинированный
12	Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика. РС – 3.	1	Комбинированный
Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (3 часа)			
Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (1 час)			
Глава 6. Первая помощь при неотложных состояниях (1 час)			
13	Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях. Оказание первой помощи при травмах. Оказание ПМП при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге. Оказание ПМП при укусах змей и насекомых.	1	Комбинированный
Раздел 4. Основы здорового образа жизни (2 часа)			
Глава 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие (2 часа)			
14	ЗОЖ и профилактика утомления. Компьютер и его влияние на здоровье. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	1	Комбинированный
15	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека. Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека. Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ.	1	Комбинированный
16	Повторительно-обобщающий урок по курсу	1	Повторение
17	Итоговая зачётная работа по курсу	1	Контроль знаний

**Воспитательные аспекты уроков курса
«Моя безопасность» в 6 классе**

№ п/п	Название темы/раздела	Содержание воспитания
1	Основы комплексной безопасности	Формирование и осознание и выработка у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности окружающих
2	Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций	Формирование у обучающихся способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных и угрожающих жизни условиях и умение адекватно реагировать на различные опасные ситуации с учётом своих возможностей
3	Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	Формирование у обучающихся антиэкстремистского и антитеррористического поведения
4	Основы здорового образа жизни	Формирование у обучающихся потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, отрицательного отношения к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков
5	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	Формирование у обучающихся медицинских знаний и умений оказывать первую помощь пострадавшим

7 класс

№ п/п	Тема раздела, урока	Количество часов	Форма проведения занятия
Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (25 часов)			
Раздел 1. Основы комплексной безопасности (2 часа)			
Глава 1. Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера (2 часа)			
1	Различные природные явления. Общая характеристика природных явлений.	1	Комбинированный

2	Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера.	1	Комбинированный
Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (19 часов)			
Глава 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (5 часов)			
3	Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и последствия.	1	Комбинированный
4	Защита населения от последствий землетрясений. Правила поведения.	1	Комбинированный
5	Расположение вулканов на Земле, извержение вулканов.	1	Комбинированный
6	Последствия извержения вулканов. Защита населения.	1	Комбинированный
7	Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения.	1	Комбинированный
Глава 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (3 часа)			
8	Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия.	1	Комбинированный
9	Защита населения от последствий ураганов и бурь.	1	Комбинированный
10	Смерчи.	1	Комбинированный
Глава 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (7 часов)			
11	Наводнения. Виды наводнений и их причины. РС – 1.	1	Комбинированный
12	Защита населения от последствий наводнений.	1	Комбинированный
13	Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения.	1	Комбинированный
14	Сели и их характеристика.	1	Комбинированный
15	Защита населения от последствий селевых потоков.	1	Комбинированный
16	Цунами и их характеристика. Защита населения от цунами.	1	Комбинированный
17	Снежные лавины.	1	Комбинированный
Глава 5. Природные пожары чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения (4 часа)			
18	Лесные и торфяные пожары и их характеристика. РС – 2.	1	Комбинированный
19	Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения.	1	Комбинированный

20	Инфекционная заболеваемость людей и защита населения.	1	Комбинированный
21	Эпизоотии и эпифитотии.	1	Комбинированный
Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (4 часа)			
Глава 6. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму (4 часа)			
22 - 23	Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность.	2	Комбинированный
24 - 25	Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения. РС – 3.	2	Комбинированный
Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (7 часов)			
Раздел 4. Основы здорового образа жизни (3 часа)			
Глава 7. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека (3 часа)			
26	Психологическая уравновешенность	1	Комбинированный
27	Стресс и его влияние на человека.	1	Комбинированный
28	Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.	1	Комбинированный
Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (4 часа)			
Глава 8. Первая помощь при неотложных состояниях (4 часа)			
29	Общие правила оказания первой помощи.	1	Комбинированный
30	Оказание первой помощи при наружном кровотечении.	1	Комбинированный
31	Оказание первой помощи при ушибах и переломах.	1	Комбинированный
32	Общие правила транспортировки пострадавшего.	1	Комбинированный
33	Повторительно-обобщающий урок по курсу	1	Повторение
34	Итоговая зачетная работа по курсу	1	Контроль знаний

**Воспитательные аспекты уроков курса
«Моя безопасность» в 7 классе**

№ п /п	Название темы/раздела	Содержание воспитания
--------	-----------------------	-----------------------

1	Основы комплексной безопасности	Формирование и осознание и выработка у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности окружающих
2	Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций	Формирование у обучающихся способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных и угрожающих жизни условиях и умение адекватно реагировать на различные опасные ситуации с учётом своих возможностей
3	Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	Формирование у обучающихся антиэкстремистского и антитеррористического поведения
4	Основы здорового образа жизни	Формирование у обучающихся потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, отрицательного отношения к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков
5	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	Формирование у обучающихся медицинских знаний и умений оказывать первую помощь пострадавшим