

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ КУРСКОЙ ОБЛАСТИ
КОМИТЕТ ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА КУРСКА
МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 22»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
(Элективный курс)
учебного предмета «Основы безопасности и защиты Родины»
для обучающихся 5 класса

Составитель:
Преподаватель – организатор ОБЗР
Лукьяница Станислав Александрович

Курск, 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по основам безопасности и защиты Родины (далее - ОБЗР) разработана на основе требований к результатам освоения программы основного общего образования, представленных в ФГОС ООО, федеральной рабочей программе воспитания, и предусматривает непосредственное применение при реализации ОП ООО.

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

Программа ОБЗР 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.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ И ЗАЩИТЫ РОДИНЫ»

В программе ОБЗР содержание учебного предмета ОБЗР структурно представлено одиннадцатью модулями (тематическими линиями), обеспечивающими непрерывность изучения предмета на уровне основного общего образования и преемственность учебного процесса на уровне среднего общего образования:

Модуль № 1 "КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ"

Модуль № 2 "ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ"

Модуль № 3 " БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТРАНСПОРТЕ"

Модуль № 4 "БЕЗОПАСНОСТЬ В БЫТУ"

Модуль № 5 "БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ"

Модуль № 6 "ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ"

Модуль № 7 "БЕЗОПАСНОСТЬ В ИНФОРМАЦИОННОМ ПРОСТРАНСТВЕ"

Модуль № 8 "БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ"

Модуль № 9 "БЕЗОПАСНОСТЬ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА"

Модуль № 10 "ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ"

В целях обеспечения системного подхода в изучении учебного предмета ОБЗР на уровне основного общего образования программа ОБЗР 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; физическое и психическое здоровье; социальное взаимодействие и другие.

Программой ОБЗР предусматривается использование практико-ориентированных интерактивных форм организации учебных занятий с возможностью применения тренажёрных систем и виртуальных моделей.

При этом использование цифровой образовательной среды на учебных занятиях должно быть разумным, компьютер и дистанционные образовательные технологии не способны полностью заменить педагога и практические действия обучающихся.

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 современных условиях 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 предмету ОБЗР определяется следующими системообразующими документами в области безопасности: Стратегия национальной безопасности Российской Федерации, утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400, Доктрина информационной безопасности Российской Федерации, утвержденная Указом Президента Российской Федерации от 5 декабря 2016 г. № 646, Национальные цели развития Российской Федерации на

период до 2030 года, утвержденные Указом Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474, государственная программа Российской Федерации «Развитие образования», утвержденная постановлением Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г.

№ 1642.

ОБЗР является системообразующим учебным предметом, 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 предмета ОБЗР является общая теория безопасности, 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 модели индивидуального безопасного поведения в повседневной жизни, сформировать у них базовый уровень культуры безопасности жизнедеятельности.

ОБЗР входит в предметную область «Основы безопасности и защиты Родины», является обязательным для изучения на уровне основного общего образования.

Изучение ОБЗР направлено на обеспечение формирования готовности к защите Отечества и базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности, что способствует освоению учащимися знаний и умений позволяющих подготовиться к военной службе и выработке у обучающихся умений распознавать угрозы, избегать опасности, нейтрализовать 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 ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ И ЗАЩИТЫ РОДИНЫ»

Целью изучения ОБЗР на уровне основного общего образования является формирование у обучающихся готовности к выполнению обязанности по защите Отечества и 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

Общее число часов, отведенных для изучения ОБЗР в 5 классе, составляет 34 часа, по 1 часу в неделю за счет часов части учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Основы безопасности и защиты Родины

5 КЛАСС

МОДУЛЬ «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ»

Человек и его безопасность

Опасности в жизни человека.

Опасные и чрезвычайные ситуации. Источники опасных ситуаций.

Возникновение опасных ситуаций из-за человеческого фактора.

Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях.

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

Разновидности чрезвычайных ситуаций.

Понятие «чрезвычайная ситуация». Чрезвычайные ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Чрезвычайные ситуации социального характера.

МОДУЛЬ «ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ»

Здоровье и факторы, влияющие на него

Что такое здоровье и здоровый образ жизни.

Определения понятий «здоровье», «здоровый образ жизни». Физическое здоровье.

Духовное здоровье. Неразрывная связь физического и духовного здоровья.

Как сохранить здоровье.

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

осанка при ходьбе и при работе за письменным столом. Близорукость и дальновзоркость. Развитие физических качеств (сила, быстрота, выносливость). Малоподвижный образ жизни. Двигательная активность. Закаливание и закаливающие процедуры. Питание. Вода, белки, витамины, жиры, минеральные вещества, углеводы — необходимые элементы, требующиеся для развития организма.

Личная гигиена.

Определение понятия «гигиена». Уход за зубами. Уход за кожей. Выбор одежды по сезону. Правила гигиены на каждый день.

Предупреждение вредных привычек.

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

Основные правила здорового образа жизни.

Здоровье и правила его сбережения

Факторы, способствующие сбережению здоровья. Правильное и неправильное питание. Закаливание организма. *Факторы, разрушающие здоровье.*

Долгое сидение за компьютером. Избыточный вес.

Профилактика вредных привычек.

Вред от употребления алкогольных напитков, табака, наркотиков. Игромания. Компьютерная игровая зависимость. Как избежать этой зависимости.

Как избежать отрицательного воздействия окружающей среды на развитие и здоровье человека.

Физические, химические и социальные антропогенные факторы окружающей среды. Экологическая безопасность.

Правила личной гигиены при занятиях туризмом.

Правильный выбор одежды и обуви по сезону для участия в походе. Соблюдение правил личной гигиены в походе.

Туризм как часть комплекса ГТО.

Чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения

Эпидемии.

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

Эпизоотии.

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

Эпифитотии.

Понятия «эпифитотия», «панфитотия». Признаки инфекционных заболеваний растений.

Защита населения от чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения.

Защита от эпидемий, эпизоотий, эпифитотий.

Здоровье и здоровый образ жизни

Зависимость благополучия человека от его здоровья. Как сформировать индивидуальную модель здорового образа жизни. Как избежать инфекционных заболеваний. Влияние вредных привычек на здоровье человека.

Табакокурение. Электронные сигареты. Не употребляйте алкогольные напитки. Наркозависимость.

Здоровье как важная составляющая благополучия человека.

Физиологическая составляющая здоровья. Психологическая составляющая здоровья.

Нравственная составляющая здоровья.

Что включает в себя здоровый образ жизни.

Обязательные правила при составлении режима дня. Преодоление социальных опасностей, угрожающих здоровью и жизни.

Значение репродуктивного здоровья для населения страны. Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье. Улучшение демографической ситуации на государственном уровне.

Семейно-брачные отношения.

Репродуктивная функция семьи. Что нужно понимать перед тем, как создать семью.

Семейное право в Российской Федерации.

Основные положения Семейного кодекса Российской Федерации.

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТРАНСПОРТЕ»

Безопасное поведение на дорогах и в транспорте

Правила поведения для пешеходов.

Дорожная разметка. Регулирование дорожного движения. Пешеходные переходы (регулируемые и нерегулируемые). Пешеходная, вело-пешеходная и велосипедная дорожки. Дорожные знаки (восемь групп). Транспортные и пешеходные светофоры. Сигналы светофоров. Сигналы регулировщика. Движение пешеходов в городе и по загородным дорогам.

Правила поведения для пассажиров.

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

Если вы водитель велосипеда.

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

Безопасность участников дорожного движения.

Дорожно-транспортные происшествия (ДТП) и аварийные ситуации.

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

Безопасность на авиационном и водном транспорте.

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

Безопасность в ситуациях, связанных с железнодорожным транспортом и метрополитеном

Ситуации, связанные с железнодорожным транспортом.

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

Безопасность в метрополитене.

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В БЫТУ»

Безопасность вашего жилища

Среда обитания человека.

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

Службы, которые всегда приходят на помощь. Правила вызова экстренных служб. Единый номер 112. Основные правила безопасности на улице.

Безопасность в вечернее время. Безопасность в толпе.

Безопасность дома.

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

Безопасность в подъезде и на игровой площадке.

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

Как вести себя при пожаре.

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

Безопасность в повседневной жизни

Пожарная безопасность в помещениях.

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

Электробезопасность в повседневной жизни.

Меры предосторожности при использовании электроприборов.

Средства бытовой химии.

Безопасность в быту

Обеспечение личной безопасности в быту.

Пользование водопроводом, канализацией и мусоропроводом.

Употребление лекарств. Потеря ключей.

Пожары в зданиях.

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

Предупреждение пожаров и меры по защите населения.

Пожарная профилактика. Основные задачи пожарной охраны. Государственная противопожарная служба (ГПС), её функции. *Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.* Ответственность за нарушение требований пожарной безопасности.

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ»

Безопасность в криминогенных ситуациях

Как избежать контактов со злоумышленниками и преступной средой. Понятие «криминогенная ситуация». Разновидности преступлений. Правила безопасного поведения на улице, в образовательной организации, дома, которые необходимо соблюдать, чтобы не стать жертвой злоумышленников. *Советы на всю жизнь.*

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

Как улучшить отношения с окружающими

Стресс и стрессовые ситуации.

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

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

Безопасность в социальных сетях.

Как не стать жертвой принуждения к самоубийству (суициду). Как противостоять опасностям вовлечения в группы смерти.

Опасности вовлечения в экстремистские субкультуры

«Колумбайн» и «скулишутинг» — опасные враги общества.

Признаки агрессивного поведения у подростков. Не позволяйте собой манипулировать. Как противостоять манипуляциям в информационной среде.

Противодействие вовлечению в криминальные сообщества.

Признаки воздействия криминальных сообществ на учащихся. Что нужно делать, чтобы снизить риск попадания под влияние криминальных структур.

МОДУЛЬ «ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ»

Экстремизм и терроризм — угрозы личности, обществу и государству

Что такое экстремизм.

Понятия «экстремизм», «экстремистская деятельность». Опасные формы экстремистской деятельности. Ответственность за экстремистскую деятельность.

Терроризм — крайняя форма экстремизма.

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

Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта.

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

Терроризм — угроза обществу и каждому

Как государство борется с терроризмом.

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

Особенности современного терроризма.

Виды современной террористической деятельности. Телефонные террористы.

Как не стать пособником террористов.

Как действуют вербовщики террористических организаций. Статьи Уголовного кодекса Российской Федерации, предусмотренные за террористическую деятельность, в том числе для лиц, которым исполнилось на момент преступления 14 лет.

Формирование антитеррористического поведения. Противодействие экстремизму и терроризму **Терроризм — угроза национальной безопасности России.**

Основные нормативно-правовые акты по противодействию экстремизму и терроризму.

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

Общегосударственное противодействие терроризму.

Основные задачи противодействия терроризму. Основные направления предупреждения (профилактики) терроризма. Силловые ведомства, привлекаемые к антитеррористической деятельности.

Противодействие вовлечению в сообщества экстремистской направленности.

Праворадикальные сообщества. Леворадикальные сообщества. Как избежать вовлечения в радикальные сообщества и не попасть под влияние экстремистской

идеологии. Общие правила Интернет-безопасности с целью противостояния экстремизму и терроризму.

Правила поведения в различных ситуациях, связанных с антитеррористической безопасностью.

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

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В ИНФОРМАЦИОННОМ ПРОСТРАНСТВЕ»

Безопасность в информационной среде

Что такое информационная среда.

Понятия «информационная среда», «информационная безопасность». Основные источники информации.

Безопасное использование информационных ресурсов.

Понятие «киберзависимость». Правила безопасности для защиты от информационных угроз и опасностей.

Безопасность в Интернете

Информационная безопасность.

Информационная безопасность детей. Угроза информационной безопасности. Основные правила поведения в социальных сетях.

Компьютерная играмания.

Признаки заболевания у подростков, слишком увлечённых компьютерными играми.

Деструктивное поведение в социальных сетях. Как не стать жертвой кибербуллинга.

Понятия «буллинг», «кибербуллинг». Способы избежать контактов с компьютерными агрессорами.

Как не стать жертвой мошенничества в социальных сетях.

Как распознать действия кибермошенников. Как защитить свои денежные средства при использовании платёжных средств в Интернете.

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ»

Безопасность в различных погодных условиях и при стихийных бедствиях

Как погодные условия могут влиять на безопасность человека.

Ветер. Гроза. Молния. Правила поведения при грозе. Гололёды гололедица.

Безопасное поведение на водоёмах.

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

Стихийные бедствия и связанные с ними опасности.

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

Безопасное поведение на природе

Безопасное поведение в туристских походах.

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

Виды туристских походов.

Однодневные и многодневные, местные и дальние туристские походы.

Как ориентироваться на местности.

Ориентирование по Солнцу. Ориентирование по природным признакам.

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

Подготовка к проведению туристского похода.

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

Приметы, по которым можно определить погоду. Как развести костёр при разной погоде.

Выбор места для костра и его розжиг. Виды костров.

Если в лесу вас застигла гроза.

Признаки приближающейся грозы. Правильное размещение в укрытии во время грозы.

Правила безопасного поведения в различных видах походов

Советы на всю жизнь.

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

Лыжные походы.

Особенности снаряжения. Организация движения.

Горные походы.

Организация движения при подъёме и спуске.

Водные походы. Способы и средства самопомощи и взаимопомощи в водных походах.

Плавающие средства. Общий распорядок ходового дня. Правила действия во время аварии судна.

Безопасное поведение при автономном существовании

Поведение человека в условиях автономного существования в природной среде.

Факторы, способствующие и препятствующие выживанию при автономном существовании.

Добровольная и вынужденная автономия человека в природной среде.

Характерные особенности добровольного и вынужденного существования в природе.
Организация ночлега при автономном существовании.

Сооружение временного жилища. Добывание огня с помощью различных предметов.
Как добыть питьё и пищу в условиях автономии.

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

Как подать сигналы бедствия.

Различные средства аварийной сигнализации. **Опасные встречи в природных условиях** *Безопасность при встрече с дикими животными.*

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

Безопасность при встрече со змеей.

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

Клещевой вирусный энцефалит, его переносчики, места и время передачи, последствия заболевания. Способы удаления клещей с тела.

Чрезвычайные ситуации природного характера

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

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

Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Извержения вулканов. Оползни, обвалы.

Что нужно делать при поступившем сигнале о начале стихийного бедствия геологического происхождения.

Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения.

Ураганы и бури. Смерчи. Правила поведения при чрезвычайных ситуациях метеорологического происхождения.

Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения.

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

Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения. Защита от землетрясений и ликвидация их последствий. Защита от вулканических опасностей, оползней и обвалов.

Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического и гидрологического происхождения.

Защита от ураганов, бурь, смерчей. Защита от наводнений. Мероприятия по защите от

селей. Мероприятия по защите от цунами. Защита от снежных лавин.

Природные пожары

Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары.

Правила безопасности при возникновении лесных и торфяных пожаров.

Защита населения от лесных и торфяных пожаров.

Средства и способы, которые используются при тушении лесных пожаров.

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА»

Производственные аварии и их опасность для жизни, здоровья и благополучия человека

Химические производства и связанные с ними опасности.

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

Ядерные объекты и их опасности.

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

Гидротехнические сооружения и их опасности.

Понятие «гидродинамическая авария». Правила безопасного поведения в условиях гидродинамической аварии.

МОДУЛЬ «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ»

Первая помощь и правила её оказания

Основные правила оказания первой помощи.

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

Первая помощь и взаимопомощь при ожоге.

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

Первая помощь при отравлениях.

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

Первая помощь при травмах.

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

Первая помощь при чрезвычайных ситуациях.

Правила оказания первой помощи в условиях различных чрезвычайных ситуаций.

Важность своевременного оказания первой помощи. Первая помощь при электротравме.

Первая помощь при кровотечении.

Наружные и внутренние кровотечения. Виды кровотечения — капиллярное, венозное, артериальное, смешанное. Способы временной остановки наружного кровотечения.

Оказание первой помощи при носовом кровотечении.

Первая помощь при ушибах и переломах.

Транспортировка пострадавших в медицинское учреждение. Способы транспортировки пострадавшего.

Первая помощь в природных условиях

Народные средства первой помощи.

Средства для остановки кровотечения, от кашля, от воспаления.

Первая помощь при травматических повреждениях.

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

Иммобилизация при травме конечностей.

Первая помощь при солнечном и тепловом ударе.

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

Оказание первой помощи

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

Переломы, вывихи, растяжения.

Оказание первой помощи при утоплении, остановке сердца и коме.

Первая помощь при отравлениях аварийно-химически опасными веществами. Первая помощь при массовых поражениях людей.

Первая помощь при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути.

Действия по удалению инородного тела.

Первая помощь при отсутствии сознания и остановке дыхания.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

| № п/п | Наименование разделов и тем программы | Количество часов | | | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы |
|--|--|------------------|--------------------|---------------------|---|
| | | Всего | Контрольные работы | Практические работы | |
| Раздел 1. Модуль "КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ" | | | | | |
| 1.1 | Человек и его безопасность | 3 | 0 | 0 | http://school-collection.edu.ru |
| Итого по разделу | | 3 | 0 | 0 | |
| Раздел 2. Модуль "ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ" | | | | | |
| 2.1 | Здоровье и факторы, влияющие на него | 3 | 0 | 0 | http://school-collection.edu.ru |
| 2.2 | Здоровье и правила его сбережения | 2 | 0 | 0 | http://school-collection.edu.ru |
| Итого по разделу | | 5 | 0 | 0 | |
| Раздел 3. Модуль " БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТРАНСПОРТЕ" | | | | | |
| 3.1 | Безопасное поведение на дорогах и в транспорте | 3 | 0 | 0 | http://school-collection.edu.ru |
| Итого по разделу | | 3 | 0 | 0 | |
| Раздел 4. Модуль "БЕЗОПАСНОСТЬ В БЫТУ" | | | | | |
| 4.1 | Безопасность вашего жилища | 6 | 0 | 0 | http://school-collection.edu.ru |
| Итого по разделу | | 6 | 0 | 0 | |
| Раздел 5. Модуль "БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ" | | | | | |
| 5.1 | Безопасность в криминогенных ситуациях | 2 | 0 | 0 | http://school-collection.edu.ru |
| Итого по разделу | | 2 | 0 | 0 | |
| Раздел 6. Модуль "ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ" | | | | | |
| 6.1 | Экстремизм и терроризм — угрозы личности, обществу и государству | 3 | 0 | 0 | http://school-collection.edu.ru |
| Итого по разделу | | 3 | 0 | 0 | |
| Раздел 7. Модуль "БЕЗОПАСНОСТЬ В ИНФОРМАЦИОННОМ ПРОСТРАНСТВЕ" | | | | | |

| | | | | | |
|--|--|----|---|---|---|
| 7.1 | Безопасность в информационной среде | 2 | 0 | 0 | http://school-collection.edu.ru |
| Итого по разделу | | 2 | 0 | 0 | |
| Раздел 8. Модуль "БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ" | | | | | |
| 8.1 | Безопасность в различных погодных условиях и при стихийных бедствиях | 2 | 0 | 0 | http://school-collection.edu.ru |
| Итого по разделу | | 2 | 0 | 0 | |
| Раздел 9. Модуль "БЕЗОПАСНОСТЬ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА" | | | | | |
| 9.1 | Производственные аварии и их опасность для жизни, здоровья и благополучия человека | 3 | 0 | 0 | http://school-collection.edu.ru |
| Итого по разделу | | 3 | 0 | 0 | |
| Раздел 10. Модуль "ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ" | | | | | |
| 10.1 | Первая помощь и правила ее оказания | 4 | 0 | 0 | http://school-collection.edu.ru |
| Итого по разделу | | 4 | 0 | 0 | |
| Итоговая практическая работа | | 1 | 0 | 1 | |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 34 | 0 | 1 | |

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 КЛАСС

| № п/п | Тема урока | Количество часов | Дата изучения |
|-------|---|------------------|---------------|
| | | Всего | |
| 1 | Опасности в жизни человека | 1 | |
| 2 | Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях. | 1 | |
| 3 | Разновидности чрезвычайных ситуаций. | 1 | |
| 4 | Что такое здоровье и здоровый образ жизни. | 1 | |
| 5 | Как сохранить здоровье. | 1 | |
| 6 | Личная гигиена. | 1 | |
| 7 | Предупреждение вредных привычек. | 1 | |
| 8 | Основные правила здорового образа жизни. | 1 | |

| | | | |
|-------------------------------------|---|----|--|
| 9 | Правила поведения для пешеходов. | 1 | |
| 10 | Правила поведения для пассажиров. | 1 | |
| 11 | Если вы водитель велосипеда. | 1 | |
| 12 | Среда обитания человека. | 1 | |
| 13 | Службы, которые всегда приходят на помощь. | 1 | |
| 14 | Основные правила безопасности на улице. | 1 | |
| 15 | Безопасность дома. | 1 | |
| 16 | Безопасность в подъезде и на игровой площадке. | 1 | |
| 17 | Как вести себя при пожаре. | 1 | |
| 18 | Как избежать контактов со злоумышленниками и криминальной средой. | 1 | |
| 19 | Советы на всю жизнь. | 1 | |
| 20 | Что такое экстремизм. | 1 | |
| 21 | Терроризм- крайняя форма экстремизма. | 1 | |
| 22 | Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта. | 1 | |
| 23 | Что такое информационная среда. | 1 | |
| 24 | Безопасное использование информационных ресурсов. | 1 | |
| 25 | Как погодные условия могут влиять на безопасность человека. Безопасное поведение на водоемах. | 1 | |
| 26 | Стихийные бедствия и их опасности. | 1 | |
| 27 | Химические производства и связанные с ними опасности... | 1 | |
| 28 | Ядерные объекты и их опасности. | 1 | |
| 29 | Гидротехнические сооружения и их опасности. | 1 | |
| 30 | Основные правила оказания первой помощи. Первая помощь и взаимопомощь при ожоге. | 1 | |
| 31 | Первая помощь при отравлениях. | 1 | |
| 32 | Первая помощь при травмах. | 1 | |
| 33 | Первая помощь при чрезвычайных ситуациях. | 1 | |
| 34 | Итоговая контрольная работа | 1 | |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 34 | |

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс. Б.О. Хренников, Н.В. Гололобов, Л.И. Льяная, М.В. Маслов

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. УМК «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 5-9 классов общеобразовательных организаций под редакцией С.Н. Егорова;
2. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-7 классы: методическое пособие / Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (school-collection.edu.ru)
- 2.