

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Нижегородской области**

**Администрация Уренского муниципального округа**

**МБОУ "Б. Терсенская СОШ "**

**РАССМОТРЕНО**

на педагогическом совете

Протокол №01  
от «31» 08 2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

заместитель директора

Гусева А.Н.

**УТВЕРЖДЕНО**

директор школы

Гаврилова Т.Б.  
Приказ №127-од  
от «31» 08 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 2959826)

**учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

для обучающихся 5-7 классов

**д. Большой Терсень, 2023г.**

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

### **Модуль № 1 «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»:**

цель и задачи учебного предмета ОБЖ, его ключевые понятия и значение для человека;  
смысл понятий «опасность», «безопасность», «риск», «культура безопасности жизнедеятельности»;  
источники и факторы опасности, их классификация;  
общие принципы безопасного поведения;  
виды чрезвычайных ситуаций, сходство и различия опасной, экстремальной и чрезвычайной ситуаций;  
уровни взаимодействия человека и окружающей среды;  
механизм перерастания повседневной ситуации в чрезвычайную ситуацию, правила поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях.

### **Модуль № 2 «Безопасность в быту»:**

основные источники опасности в быту и их классификация;  
защита прав потребителя, сроки годности и состав продуктов питания;  
бытовые отравления и причины их возникновения, классификация ядовитых веществ и их опасности;  
признаки отравления, приёмы и правила оказания первой помощи;  
правила комплектования и хранения домашней аптечки;  
бытовые травмы и правила их предупреждения, приёмы и правила оказания первой помощи;  
правила обращения с газовыми и электрическими приборами, приёмы и правила оказания первой помощи;  
правила поведения в подъезде и лифте, а также при входе и выходе из них; пожар и факторы его развития;  
условия и причины возникновения пожаров, их возможные последствия, приёмы и правила оказания первой помощи;  
первичные средства пожаротушения;  
правила вызова экстренных служб и порядок взаимодействия с ними, ответственность за ложные сообщения;  
права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности; ситуации криминального характера, правила поведения с малознакомыми людьми;  
меры по предотвращению проникновения злоумышленников в дом, правила поведения при

попытке проникновения в дом посторонних;

### **Модуль № 3 «Безопасность на транспорте»:**

правила дорожного движения и их значение, условия обеспечения безопасности участников дорожного движения;

правила дорожного движения и дорожные знаки для пешеходов;

«дорожные ловушки» и правила их предупреждения;

световозвращающие элементы и правила их применения;

правила дорожного движения для пассажиров;

обязанности пассажиров маршрутных транспортных средств, ремень безопасности и правила его применения;

порядок действий пассажиров при различных происшествиях в маршрутных транспортных средствах, в том числе вызванных террористическим актом;

правила поведения пассажира мотоцикла;

правила дорожного движения для водителя велосипеда и иных индивидуальных средств передвижения;

дорожные знаки для водителя велосипеда, сигналы

велосипедиста; правила подготовки велосипеда к пользованию;

### **Модуль № 4 «Безопасность в общественных местах»:**

общественные места и их характеристики, потенциальные источники опасности в общественных

местах; правила вызова экстренных служб и порядок взаимодействия с ними;

массовые мероприятия и правила подготовки к ним, оборудование мест массового пребывания людей;

порядок действий при беспорядках в местах массового пребывания людей;

порядок действий при попадании в толпу и давку;

порядок действий при обнаружении угрозы возникновения пожара;

порядок действий при эвакуации из общественных мест и зданий;

опасности криминогенного и антиобщественного характера в общественных местах, порядок действий при их возникновении;

порядок действий при обнаружении бесхозных (потенциально опасных) вещей и предметов, а также в условиях совершения террористического акта, в том числе при захвате и освобождении заложников;

порядок действий при взаимодействии с правоохранительными органами.

## **Модуль № 5 «Безопасность в природной среде»:**

чрезвычайные ситуации природного характера и их классификация;

правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними;

порядок действий при укусах диких животных, змей, пауков, клещей и насекомых;

различия съедобных и ядовитых грибов и растений, правила поведения, необходимые для снижения риска отравления ядовитыми грибами и растениями;

автономные условия, их особенности и опасности, правила подготовки к длительному автономному существованию;

порядок действий при автономном существовании в природной среде;

правила ориентирования на местности, способы подачи сигналов бедствия;

общие правила безопасного поведения на водоёмах, правила купания в подготовленных и неподготовленных местах;

порядок действий при обнаружении тонущего человека;

правила поведения при нахождении на плавсредствах;

правила поведения при нахождении на льду, порядок действий при обнаружении человека в полынье.

## **Модуль № 6 «Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний»:**

смысл понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни», их содержание и значение для человека;

факторы, влияющие на здоровье человека, опасность вредных привычек;

элементы здорового образа жизни, ответственность за сохранение

здоровья; понятие «инфекционные заболевания», причины их

возникновения;

механизм распространения инфекционных заболеваний, меры их профилактики и защиты от них;

понятие «неинфекционные заболевания» и их классификация, факторы риска неинфекционных заболеваний;

меры профилактики неинфекционных заболеваний и защиты от них;

понятие «первая помощь» и обязанность по её оказанию, универсальный алгоритм оказания первой помощи;

назначение и состав аптечки первой помощи;

порядок действий при оказании первой помощи в различных ситуациях, приёмы психологической поддержки пострадавшего.

### **Модуль № 7 «Безопасность в социуме»:**

общение и его значение для человека, способы организации эффективного и позитивного общения;  
приёмы и правила безопасной межличностной коммуникации и комфортного взаимодействия в группе,  
признаки конструктивного и деструктивного общения;

манипуляции в ходе межличностного общения, приёмы распознавания манипуляций и способы противостояния им;

приёмы распознавания противозаконных проявлений манипуляции (мошенничество, вымогательство, подстрекательство к действиям, которые могут причинить вред жизни и здоровью, и вовлечение в преступную, асоциальную или деструктивную деятельность) и способы защиты от них;

современные молодёжные увлечения и опасности, связанные с ними, правила безопасного поведения;  
правила безопасной коммуникации с незнакомыми людьми.

### **Модуль № 8 «Безопасность в информационном пространстве»:**

понятие «цифровая среда», её характеристики и примеры информационных и компьютерных угроз, положительные возможности цифровой среды;

риски и угрозы при использовании Интернета;

общие принципы безопасного поведения, необходимые для предупреждения возникновения сложных и опасных ситуаций в личном цифровом пространстве;

основные виды опасного и запрещённого контента в Интернете и его признаки, приёмы распознавания опасностей при использовании Интернета;

противоправные действия в Интернете.

### **Модуль № 9 «Основы противодействия экстремизму и терроризму»:**

понятия «экстремизм» и «терроризм», их содержание, причины, возможные варианты проявления и последствия;

цели и формы проявления террористических актов, их последствия, уровни террористической опасности;

признаки вовлечения в террористическую деятельность, правила антитеррористического поведения;

правила безопасного поведения в условиях совершения теракта;

порядок действий при совершении теракта (нападение террористов и попытка захвата заложников, попадание в заложники, огневой налёт, наезд транспортного средства, подрыв взрывного устройства).

**Модуль № 10 «Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения»:**

классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

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;

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;

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

взаимоотношения со взрослыми и сверстниками.

# ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

## «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

### 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, исключая 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 человека, 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 предмета ОБЖ, 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 помогли 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 предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»:

- 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 противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств;
- 5) сформированность чувства гордости за свою Родину;
- 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 предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

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

### **Модуль № 1 «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»:**

раскрывать смысл понятия культуры безопасности (как способности предвидеть, по возможности избегать, действовать в опасных ситуациях);

приводить примеры угрозы физическому, психическому здоровью человека и/или нанесения ущерба имуществу, безопасности личности, общества, государства;

классифицировать источники опасности и факторы опасности, в том числе техногенного происхождения;

раскрывать общие принципы безопасного поведения.

### **Модуль № 2 «Безопасность в быту»:**

объяснять особенности жизнеобеспечения жилища;

классифицировать источники опасности в быту (пожароопасные предметы, электроприборы, газовое оборудование, бытовая химия, медикаменты);

знать права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности;

соблюдать правила безопасного поведения, позволяющие предупредить возникновение опасных ситуаций в быту;

распознавать ситуации криминального характера;

знать о правилах вызова экстренных служб и ответственности за ложные сообщения;

безопасно действовать при возникновении аварийных ситуаций техногенного происхождения в коммунальных системах жизнеобеспечения (водо- и газоснабжение, канализация, электроэнергетические и тепловые сети);

безопасно действовать в ситуациях криминального характера;

безопасно действовать при пожаре в жилых и общественных зданиях, в том числе правильно использовать первичные средства пожаротушения.

### **Модуль № 3 «Безопасность на транспорте»:**

классифицировать виды опасностей на транспорте (наземный, подземный, железнодорожный, водный, воздушный);

соблюдать правила дорожного движения, установленные для пешехода, пассажира, водителя велосипеда и иных средств передвижения;

### **Модуль № 4 «Безопасность в общественных местах»:**

характеризовать потенциальные источники опасности в общественных местах, в том числе техногенного происхождения;

распознавать и характеризовать ситуации криминогенного и антиобщественного характера (кража, грабёж, мошенничество, хулиганство, ксенофобия);

соблюдать правила безопасного поведения в местах массового пребывания людей (в толпе);

знать правила информирования экстренных служб;

безопасно действовать при обнаружении в общественных местах бесхозных (потенциально опасных) вещей и предметов;

эвакуироваться из общественных мест и зданий;

безопасно действовать при возникновении пожара и происшествиях в общественных местах;

безопасно действовать в ситуациях криминогенного и антиобщественного характера.

### **Модуль № 5 «Безопасность в природной среде»:**

безопасно действовать при возникновении различных чрезвычайных ситуаций природного происхождения;

соблюдать правила безопасного поведения на природе;

объяснять правила безопасного поведения на водоёмах в различное время года;

характеризовать правила само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде;

безопасно действовать при автономном существовании в природной среде, учитывая вероятность потери ориентиров (риска заблудиться), встречи с дикими животными, опасными насекомыми, клещами и змеями, ядовитыми грибами и растениями;

знать и применять способы подачи сигнала о помощи.

### **Модуль № 6 «Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний»:**

раскрывать смысл понятий здоровья (физического и психического) и здорового образа жизни;

характеризовать факторы, влияющие на здоровье человека;

раскрывать понятия заболеваний, зависящих от образа жизни (физических нагрузок, режима труда и отдыха, питания, психического здоровья и психологического благополучия);

сформировать негативное отношение к вредным привычкам (табакокурение, алкоголизм, наркомания, игровая зависимость);

безопасно действовать в случае возникновения чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения (эпидемии, пандемии);

оказывать первую помощь и самопомощь при неотложных состояниях.

### **Модуль № 7 «Безопасность в социуме»:**

приводить примеры манипуляций и способов противостоять манипуляциям;

соблюдать правила коммуникации с незнакомыми людьми (в том числе с подозрительными людьми, у которых могут иметься преступные намерения);

соблюдать правила безопасного и комфортного существования со знакомыми людьми и в различных группах, в том числе в семье, классе, коллективе кружка/секции/спортивной команды, группе друзей;

распознавать опасности и соблюдать правила безопасного поведения в практике современных молодёжных увлечений.

### **Модуль № 8 «Безопасность в информационном пространстве»:**

приводить примеры информационных и компьютерных угроз;

характеризовать потенциальные риски и угрозы при использовании сети Интернет (далее — Интернет), предупреждать риски и угрозы в Интернете;

владеть принципами безопасного использования Интернета;

предупреждать возникновение сложных и опасных ситуаций в сети;

характеризовать и предотвращать потенциальные риски и угрозы при использовании Интернета (например: мошенничество, игромания, деструктивные сообщества в социальных сетях).

### **Модуль № 9 «Основы противодействия экстремизму и терроризму»:**

объяснять понятия экстремизма, терроризма, их причины и последствия;

сформировать негативное отношение к экстремистской и террористической деятельности;

распознавать ситуации угрозы террористического акта в доме, в общественном месте;

безопасно действовать при обнаружении в общественных местах бесхозных (или опасных) вещей и предметов;

безопасно действовать в условиях совершения террористического акта, в том числе при захвате и освобождении заложников.

**Модуль № 10 «Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения»:**

характеризовать роль человека, общества и государства при обеспечении безопасности жизни и здоровья населения в Российской Федерации;

объяснять правила оповещения и эвакуации населения в условиях чрезвычайных ситуаций;

владеть правилами безопасного поведения и безопасно действовать в различных ситуациях;

информировать население и соответствующие органы о возникновении опасных ситуаций.

**Тематическое планирование учебного предмета " Основы безопасности жизнедеятельности " с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы**  
**5 класс (34 часа)**

№	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Э(Ц)ОР
<b>Модуль 1. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе</b>			
1	Введение. Почему нужно изучать предмет «ОБЖ»	1	
2	Опасности в жизни человека	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3336/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3336/start/</a>
Итого по модулю		2	
<b>Модуль 2. Безопасность в быту.</b>			
3	Среда обитания человека.	1	
4	Службы, которые всегда приходят на помощь.	1	
5	Основные правила безопасности на улице	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3336/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3336/start/</a>
6	Безопасность дома	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3336/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3336/start/</a>
7	Безопасность в подъезде и на игровой площадке	1	
8	Как вести себя при пожаре	1	
Итого по модулю		6	
<b>Модуль 3. Безопасность на транспорте</b>			
9	Правила поведения для пешеходов.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4816/start/99390/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4816/start/99390/</a>
10	Правила поведения для пассажиров	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4816/start/99390/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4816/start/99390/</a>
11	Если вы водитель велосипеда	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4816/start/99390/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4816/start/99390/</a>
Итого по модулю		3	
<b>Модуль 4. Безопасность в общественных местах</b>			
12	Химические производства и связанные с ними опасности.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3331/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3331/start/</a>
13	Ядерные объекты и их опасности.	1	
14	Гидротехнические сооружения и их опасности.	1	
Итого по модулю		3	
<b>Модуль 5. Безопасность в природной среде</b>			
15	Как погодные условия могут влиять на безопасность человека.	1	
16	Безопасное поведение на водоёмах при различных погодных условиях.	1	
17	Стихийные бедствия и их опасности.	1	
Итого по модулю		3	
<b>Модуль 6. Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний.</b>			
18	Что такое здоровье и здоровый образ жизни. Как сохранить здоровье. Личная гигиена.	1	
19	Предупреждение вредных привычек. Основные правила здорового образа жизни	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3344/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3344/start/</a>
20	Основные правила оказания первой помощи. Первая помощь при чрезвычайных ситуациях.	1	
21	Первая помощь и взаимопомощь при травмах, ожогах и отравлениях.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3323/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3323/start/</a>
Итого по модулю		4	
<b>Модуль 7. Безопасность в социуме</b>			
22	Как избежать контактов со злоумышленниками и	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/les">https://resh.edu.ru/subject/les</a>

	преступной средой.		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3324/start/">son/3324/start/</a>
23	Советы на всю жизнь.	1	
Итого по модулю		2	
<b>Модуль 8. Безопасность в информационном пространстве</b>			
24	Что такое информационная среда.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3350/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3350/start/</a>
25	Безопасное использование информационных ресурсов	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3325/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3325/start/</a>
Итого по модулю		2	
<b>Модуль 9. Основы противодействия экстремизму и терроризму</b>			
26	Что такое экстремизм.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3326/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3326/start/</a>
27	Терроризм – крайняя форма экстремизма	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3326/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3326/start/</a>
28	Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта.	1	
Итого по модулю		3	
<b>Модуль 10. Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения</b>			
29	Человек и его безопасность	1	
30	Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта)	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3348/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3348/start/</a>
31	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.	1	
32	Особенности природных условий в городе.	1	
33	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3406/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3406/start/</a>
Итого по модулю		5	
34	<b>Итоговая контрольная работа за курс 5 класса</b>	<b>1</b>	

### 6 класс (34 часа)

№	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Э(Ц)ОР
<b>Модуль 1. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе</b>			
1	Введение. Почему нужно изучать предмет «ОБЖ»	1	
2	Человек и его безопасность	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3336/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3336/start/</a>
Итого по модулю		2	
<b>Модуль 2. Безопасность в быту.</b>			
3	Основные источники опасности в быту и их классификация	1	
4	Защита прав потребителя, сроки годности и состав продуктов питания	1	
5	Признаки бытового отравления, приёмы и правила оказания первой помощи	1	
6	Правила поведения в подъезде и лифте, а также при входе и выходе из них	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3324/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3324/start/</a>
7	Ситуации криминального характера, правила поведения с малознакомыми людьми	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3324/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3324/start/</a>
8	Классификация аварийных ситуаций в коммунальных системах жизнеобеспечения	1	
Итого по модулю		6	
<b>Модуль 3. Безопасность на транспорте</b>			
9	Правила для водителя велосипеда	1	
10	Правила безопасного поведения у дороги	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3324/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3324/start/</a>

			<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4816/start/99390/">son/4816/start/99390/</a>
11	Правила безопасного поведения у железной дороги	1	
Итого по модулю		3	
<b>Модуль 4. Безопасность в общественных местах</b>			
12	Какие опасности подстерегают нас в общественных местах	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3406/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3406/start/</a>
13	Как предотвратить опасность	1	
14	Правила поведения в многолюдном месте	1	
Итого по модулю		3	
<b>Модуль 5. Безопасность в природной среде</b>			
15	Добровольная и вынужденная автономия в природной среде	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5820/start/10224/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5820/start/10224/</a>
16	Как добыть питье и пищу в условиях автономии	1	
17	Ориентирование	1	
Итого по модулю		3	
<b>Модуль 6. Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний.</b>			
18	Факторы способствующие сохранению здоровья	1	
19	Факторы разрушающие здоровье	1	
20	Правила личной гигиены	1	
21	Профилактика вредных привычек	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5475/start/98946/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5475/start/98946/</a>
Итого по модулю		4	
<b>Модуль 7. Безопасность в социуме</b>			
22	Как вести себя на прогулке.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3349/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3349/start/</a>
23	На игровой площадке.	1	
Итого по модулю		2	
<b>Модуль 8. Безопасность в информационном пространстве</b>			
24	Информационная среда.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3350/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3350/start/</a>
25	Безопасное использование информационных ресурсов.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3325/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3325/start/</a>
Итого по модулю		2	
<b>Модуль 9. Основы противодействия экстремизму и терроризму</b>			
26	Что такое экстремизм.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3326/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3326/start/</a>
27	Что такое терроризм.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3326/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3326/start/</a>
28	Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта	1	
Итого по модулю		3	
<b>Модуль 10. Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения</b>			
29	Смысл понятий «опасность», «безопасность», «риск», «культура безопасности жизнедеятельности»	1	
30	Источники и факторы опасности, их классификация	1	
31	Общие принципы безопасного поведения	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3336/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3336/start/</a>
32	Уровни взаимодействия человека и окружающей среды	1	
33	Виды чрезвычайных ситуаций, сходство и различия опасной, экстремальной и чрезвычайной ситуаций	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3333/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3333/start/</a>
Итого по модулю		5	
34	<b>Итоговая контрольная работа за курс 6 класса</b>	<b>1</b>	

## 7 класс (34 часа)

№	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Э(Ц)ОР
<b>Модуль 1. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе</b>			
1	Введение. Почему нужно изучать предмет «ОБЖ»	1	
2	Человек и его безопасность	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3336/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3336/start/</a>
Итого по модулю		2	
<b>Модуль 2. Безопасность в быту.</b>			
3	Пожарная безопасность в помещениях	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5827/start/104262/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5827/start/104262/</a>
4	Электробезопасность в повседневной жизни	1	
5	Средства бытовой химии	1	
Итого по модулю		3	
<b>Модуль 3. Безопасность на транспорте</b>			
6	Ситуации, связанные с железнодорожным транспортом	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4816/start/99390/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4816/start/99390/</a>
7	Безопасность в метрополитене	1	
Итого по модулю		2	
<b>Модуль 4. Безопасность в общественных местах</b>			
8	Как избежать встречи с преступником	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/</a>
9	Как избежать встречи с наркоторговцем	1	
Итого по модулю		2	
<b>Модуль 5. Безопасность в природной среде</b>			
10	Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/</a>
11	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Землетрясение	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/</a>
12	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Извержение вулканов. Оползни, обвалы	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/</a>
13	Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/</a>
14	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/</a>
15	Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/</a>
16	Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического и гидрологического происхождения	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/</a>
17	Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/</a>
18	Защита населения от лесных и торфяных пожаров	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/</a>
19	Эпидемии	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/</a>
20	Эпизоотии. Эпифитотии	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/</a>
21	Защита населения от чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/</a>
Итого по модулю		12	
<b>Модуль 6. Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний.</b>			
22	Важность своевременного оказания первой помощи	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4983/start/303841/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4983/start/303841/</a>
23	Первая помощь при кровотечении	1	
24	Первая помощь при ушибах и переломах.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5835/start/120309/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5835/start/120309/</a>

Итого по модулю		5	
<b>Модуль 7. Безопасность в социуме</b>			
25	Стресс и стрессовые ситуации	1	
26	Как снизить влияние стресса на поведение и общее состояние человека	1	
27	Конфликт — особенность общения	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3345/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3345/start/</a>
Итого по модулю		3	
<b>Модуль 8. Безопасность в информационном пространстве</b>			
28	Безопасное общение в социальных сетях	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3350/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3350/start/</a>
Итого по модулю		1	
<b>Модуль 9. Основы противодействия экстремизму и терроризму</b>			
29	Виды современной террористической деятельности. Телефонные террористы	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5822/start/103806/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5822/start/103806/</a>
30	Как не стать пособником террористов	1	
31	Формирование антитеррористического поведения	1	
Итого по модулю		5	
<b>Модуль 10. Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения</b>			
32	Безопасное отношение со сверстниками	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3996/start/287791/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3996/start/287791/</a>
33	Безопасное отношение со взрослыми	1	
Итого по модулю		2	
34	<b>Итоговая контрольная работа за курс 7 класса</b>	<b>1</b>	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "Б. ТЕРСЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ШКОЛА" УРЕНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА НИЖЕГОРОДСКОЙ  
ОБЛАСТИ**, Гаврилова Татьяна Борисовна, Директор

21.09.23 14:42 (MSK)

Сертификат 36B911C3F4CA81DBB17E370A2C8849B1