

**Приложение 1.2.9**  
к основной образовательной программе  
основного общего образования  
МБОУ СОШ № 10,  
утвержденной приказом  
от 29.08.2023 г. № 210

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
учебного курса  
**«АЗБУКА БЕЗОПАСНОСТИ»**  
5-7 класс

**РАЗДЕЛ 1. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА**

**«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;

классификация аварийных ситуаций в коммунальных системах жизнеобеспечения;

правила подготовки к возможным авариям на коммунальных системах, порядок действий при авариях на коммунальных системах.

### **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 (электросамокаты, гироскутеры, моноколёса, сигвеи и т. п.), правила безопасного использования мототранспорта (мопедов и мотоциклов);

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;

порядок действий при возникновении чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения (эпидемия, пандемия);

мероприятия, проводимые государством по обеспечению безопасности населения при угрозе и во время чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения;

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

меры профилактики неинфекционных заболеваний и защиты от них;

диспансеризация и её задачи;

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;

правила цифрового поведения, необходимого для предотвращения рисков и угроз при использовании Интернета (кибербуллинга, вербовки в различные организации и группы).

#### **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;

основы общественно-государственной системы противодействия экстремизму и терроризму, контртеррористическая операция и её цели;

признаки вовлечения в террористическую деятельность, правила антитеррористического поведения;

признаки угроз и подготовки различных форм терактов, порядок действий при их обнаружении;

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).

## **Раздел 2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **Личностные результаты.**

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения учебного курса 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 поли- культурном 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 своё 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, формируемые в ходе изучения учебного курса 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.

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

Общение:

- уверенно высказывать свою точку зрения в устной и письменной речи, выражать эмоции в соответствии с форматом и целями общения, определять предпосылки возникновения конфликтных ситуаций и выстраивать грамотное общение для их смягчения;
- распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков и намерения других, уважительно, в корректной форме формулировать свои взгляды;
- сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;
- в ходе общения задавать вопросы и выдавать ответы по существу решаемой учебной задачи, обнаруживать различие и сходство позиций других участников диалога;
- публично представлять результаты решения учебной задачи, самостоятельно выбирать наиболее целесообразный формат выступления и готовить различные презентационные материалы.

Совместная деятельность (сотрудничество):

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной учебной задачи;
  - планировать организацию совместной деятельности (распределять роли и понимать свою роль, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, подчиняться, выделять общую точку зрения, договариваться о результатах);
  - определять свои действия и действия партнёра, которые помогали или затрудняли нахождение общего решения, оценивать качество своего вклада в общий продукт по заданным участниками группы критериям, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчёта перед группой.

## **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.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

### **5 класс**

#### **Модуль «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе».**

- знать виды опасностей и причины их возникновения;
- знать основные правила безопасного поведения в различных ситуациях;
  - иметь навыки безопасного поведения в чрезвычайных и опасных ситуациях.

#### **Модуль «Здоровье и как его сохранить».**

- знать факторы, влияющие на здоровье;
- знать составляющие здорового образа жизни;
- знать приемы и методы профилактики вредных привычек и их факторов;
- иметь представление о влиянии физической культуры на здоровье;
- иметь представление о вредных привычках и их негативном влиянии на организм человека;
- иметь представление о правилах личной гигиены и их соблюдении.

#### **Модуль «Безопасность на транспорте».**

- знать правила поведения для пешеходов, пассажиров и велосипедистов;
- уметь переходить проезжую часть на регулируемом и нерегулируемом перекрестке;

### **Модуль «Безопасность в быту».**

- иметь представление о среде обитания человека;
- знать службы безопасности города (поселка) и их функции;
- уметь правильно вести себя на улице, дома, в подъезде и на игровой площадке.

### **Модуль «Безопасность в социуме».**

- уметь правильно вести себя при встрече со злоумышленниками.

### **Модуль «Основы противодействия экстремизму и терроризму».**

- иметь представление об экстремизме и терроризме;
- знать правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта.

### **Модуль «Безопасность в информационном пространстве».**

- знать понятие «информационная среда»;
- уметь безопасно использовать информационные ресурсы.

### **Модуль «Безопасность в природной среде».**

- знать опасности в природной среде и их последствия;
- уметь безопасно вести себя на водоемах;
- уметь оказывать первую помощь пострадавшим на воде;

### **Модуль «Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера».**

- знать виды, причины и последствия химических, радиационных и гидродинамических аварий;
- уметь действовать по сигналу «Внимание всем!».

### **Модуль «Основы медицинских знаний».**

- знать виды травм и их причины;
- уметь оказывать первую помощь при термических травмах;
  - уметь оказывать первую помощь при отравлениях;
  - уметь оказывать первую помощь при травмах и в условиях чрезвычайных ситуаций.

7класс.

### **Модуль «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе».**

- знать цели и задачи учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности».

### **Модуль «Безопасность на транспорте».**

- знать современные виды транспорта, их назначение и особенности;
- знать правила безопасного поведения на дороге;
- уметь планировать безопасный маршрут в школу.

### **Модуль «Безопасность в социуме».**

- знать основные правила поведения в школе;
- знать причины и последствия конфликтов в социуме;
- уметь избегать конфликтов и находить способы их разрешения.

### **Модуль «Основы противодействия экстремизму и терроризму».**

- иметь представление о роли государства и общества в обеспечении безопасности жизни и здоровья граждан;
- иметь представление об экстремизме и терроризме;

#### **Модуль «Безопасность в информационном пространстве».**

Информационная среда. Безопасное использование информационных ресурсов.

#### **Модуль «Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера».**

- знать причины и последствия пожара в школе и жилище;
- знать правила безопасного поведения при пожаре в школе или жилище;
- уметь использовать первичные средства пожаротушения.

#### **Модуль «Основы медицинских знаний».**

- знать виды травм и их причины;
- уметь оказывать первую помощь при травмах.

### **7бкласс**

#### **Модуль «Здоровье и как его сохранить».**

- знать, какое влияние оказывают вредные привычки на здоровье человека;
- иметь представление о способах профилактики вредных привычек и их негативных факторов.

#### **Модуль «Безопасность в природной среде».**

- знать приемы ориентирования на местности;
- знать виды, причины и последствия природных чрезвычайных ситуаций;
- знать виды туристских походов;
- знать способы подачи сигналов бедствия;

иметь представление об этапах подготовки к походу, выборе личного и группового снаряжения;

- уметь представлять о режиме дня туриста;
- уметь определять азимут по компасу;
- уметь работать с туристской картой;
- уметь производить расчет питания в туристском походе.

#### **Модуль «Основы медицинских знаний».**

- знать состав аптечки первой помощи;
- уметь оказывать первую помощь при солнечном или тепловом ударе;
- уметь проводить сердечно-легочную реанимацию.

## **РАЗДЕЛ III. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

№ раздела (темы)	Название раздела (темы)	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы.
<b>Раздел 1. Модуль «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ " 2 часа.</b>			
1	Человек, как среда обитания, безопасность человека	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
2	Город как среда обитания	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
<b>Раздел 2. Модуль " ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ " 7 часов</b>			
3	Понятия «здоровье», «здоровый образ жизни». Физическое здоровье. Духовное здоровье. Неразрывная связь физического и духовного здоровья.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
4	Режим дня. Отдых. Сон. Правильная и неправильная осанка. Близорукость и дальновзоркость. Развитие физических качеств (сила, быстрота, выносливость).	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
5	Питание. Вода, белки, витамины, жиры, минеральные вещества, углеводы. Определение понятия «гигиена».	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>

6	Факторы, способствующие сбережению здоровья (правильное питание, закаливание организма).	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
7	Факторы, разрушающие здоровье (долгое сидение за компьютером, избыточный вес).	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
8	Вредные привычки.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
9	Профилактика вредных привычек.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
<b>Раздел 3. Модуль " БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТРАНСПОРТЕ " 3 часа.</b>			
10	Водитель.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
11	Пожарная безопасность	1	
12	Транспортные и пешеходные светофоры. Сигналы светофоров. Сигналы регулировщика. Движение пешеходов в городе и по загородным дорогам.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
<b>Раздел 4. Модуль " БЕЗОПАСНОСТЬ В БЫТУ " 6 часов</b>			
13	Источники опасности в современном жилище. Бытовой газ — источник повышенной опасности. Гигиена жилища.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>

14	Меры предосторожности при использовании электроприборов.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
15	Пользование водопроводом, канализацией и мусоропроводом	1	
16	Правила поведения при пожаре в квартире. Пожар на кухне, на балконе. Меры предосторожности при работе с печью. Пожар и средства пожаротушения.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
<b>Раздел 5. Модуль " БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ " 2часа</b>			
17	Антиобщественное поведение и его опасность	1	
18	Обеспечение личной безопасности дома.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
<b>Раздел 5. Модуль " БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ " 2часа</b>			
19	Обеспечение личной безопасности на улице	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
20	Безопасность в вечернее время. Безопасность в толпе.	1	
<b>Раздел 6. Модуль " ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ " 3часа</b>			
21	Виды экстремистской и террористической деятельности.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
22	Виды террористических актов и их последствия	1	
23	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
<b>Раздел 7. Модуль " БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ " 3часа</b>			

24	Ветер. Гроза. Молния. Правила поведения при грозе. Гололед и гололедица.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
25	Правила поведения на замерзшем водоеме. Безопасность при купании в водоемах летом.	1	
26	Землетрясение. Наводнение. Ураган. Сель. Оползень. Правила поведения во время стихийных бедствий.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
<b>Раздел 8. Модуль " ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ» 4часа</b>			
27	Первая помощь при различных видах повреждений.	1	
28	Оказание первой помощи при ушибах и ссадинах	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
29	Отработка навыков оказания первой помощи при ссадинах и ушибах.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
30	Первая помощь при носовом кровотечении	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
<b>Раздел 9. Модуль " БЕЗОПАСНОСТЬ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ " 4часа</b>			
31	Основные правила безопасности в подъезде и лифте. Основные правила безопасного поведения на игровой площадке.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
32	Годовая контрольная работа.	1	
33	Общественный транспорт и правила для его пассажиров. Школьный автобус и правила пользования им. Правила для пассажиров трамваев, троллейбусов, автобусов, метрополитена.	1	
34	Безопасность в метрополитене.	1	
Итого		34	



6 класс 34 часа

№ раздела (темы)	Название раздела (темы)	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы.
<b>Основы комплексной безопасности.</b>			
<b>Раздел 1. Модуль «ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ » 3часа</b>			
1	Вред табакокурения и употребления спиртных напитков. Игромания. Компьютерная игровая зависимость	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
2	Личная гигиена при занятиях туризмом. Правильный выбор одежды и обуви по сезону для участия в походе. Соблюдение правил личной гигиены в походе.	1	
3	Туризм как часть комплекса ГТО.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
<b>Раздел 2. Модуль " БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ " 26часов</b>			
4	Подготовка к активному отдыху на природе.	1	
5	Определение места бивака и организация бивачных работ.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
6	Определение необходимого снаряжения для похода.	1	
7	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
8	Подготовка и проведение пеших походов.	1	
9	Подготовка и проведение лыжных походов.	1	
10	Водные походы и обеспечение безопасности на воде.	1	
11	Велосипедные походы и безопасность туристов.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
12	Факторы, влияющие на безопасность человека в туризме.	1	
13	Акклиматизация человека в различных климатических условиях.	1	
14	Акклиматизация человека в горной местности.	1	
15	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха различными видами транспорта.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
16	Обеспечение личной безопасности на	1	

	водном транспорте.		
17	Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте.	1	
18	Автономное существование человека в природе.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
19	Добровольная автономия человека в природной среде.	1	
20	Вынужденная автономия человека в природной среде.	1	
21	Обеспечение безопасности при вынужденной автономии.	1	
22	Опасные погодные явления.	1	
23	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
24	Укусы насекомых и защита от них.	1	
25	Клещевой энцефалит и его профилактика.	1	
26	Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
27	Оказание медицинской помощи при травмах.	1	
28	Оказание медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожогах.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
29	Оказание медицинской помощи при укусах насекомых и змей.	1	
<b>Раздел 3. Модуль " ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ " 5часов</b>			
30	Народные средства для остановки кровотечения, от кашля, от воспаления.	1	
31	Первая помощь при травме конечностей, при повреждении глаз и носа. Имобилизация при травме конечностей.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
32	<b>Годовая контрольная работа</b>	1	
33	Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге. Психологическая поддержка пострадавшего	1	
34	Первая помощь при солнечном и тепловом ударах.	1	
	<b>Общее количество часов</b>	<b>34</b>	

№ раздела (темы)	Название раздела (темы)	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
<b>Раздел 1. Модуль «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ " 1час</b>			
1.	Различные природные явления .	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
<b>Раздел 2. Модуль " ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ " 6часов</b>			
2.	Понятия «эпидемия», «пандемия». Пандемия коронавируса.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
3.	Понятия «эпизоотический очаг», «панзоотия». Признаки инфекционных заболеваний животных.	.1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
4.	Чрезвычайные ситуации биологосоциального происхождения. Понятия «эпифитотия», «панфитотия». Признаки инфекционных заболеваний растений.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
5.	Защита населения от эпидемий, эпизоотий, эпифитотий.	1	
6.	Профилактика инфекционных заболеваний.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
7.	Репродуктивное здоровье	1	
8.	Правила профилактики коронавируса.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
<b>Раздел 3. Модуль " БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТРАНСПОРТЕ" 4часа</b>			
9.	. Безопасность пассажиров морских и речных судов.	1	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
10.	Зоны опасности на железной дороге. «Зацеперы».	1	
11.	Аварийная ситуация в поезде дальнего следования.	1	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>

12.	Безопасность на авиационном и водном транспорте. Правила поведения при возникновении аварийной ситуации в самолете.	1	
<b>Раздел 4. Модуль " БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ " 4часа</b>			
13.	Побег из дома. Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей.	1	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
14.	Признаки агрессивного поведения у подростков.	1	
15.	Как противостоять манипуляциям, в том числе в информационной среде.	1	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
16.	Методы снижения влияния стресса на поведение и общее состояние человека. Как избежать конфликтной ситуации.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
<b>Раздел 5. Модуль " ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ " 4часа</b>			
17.	Понятия «экстремизм», «экстремистская деятельность». Опасные формы экстремистской деятельности. Ответственность за экстремистскую деятельность.	1	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
18.	Как не стать пособником террористов.	1	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
19.	Общегосударственное противодействие терроризму.	1	
20.	Виды террористической деятельности. Формы проявления терроризма.	1	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
<b>Раздел 6. Модуль " БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ " 9часов</b>			
21.	Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера.	1	<a href="http://school-collection.edu.ru">http://school-collection.edu.ru</a>
22.	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (землетрясение).	1	
23.	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (извержения вулканов).	1	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
24.	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (оползни, обвалы).	1	

25.	Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (ураганы и бури. смерчи).	1	
26.	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (наводнения, сели, цунами).	1	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
27.	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (снежные лавины).	1	
28.	Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары.	1	
29.	Правила безопасности и защита населения. Профилактика пожаров	1	<a href="https://resh.edu.ru">https://resh.edu.ru</a>
<b>Раздел 7. Модуль " ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ " 5часов</b>			
30.	Анатомические и физиологические особенности человека в подростковом возрасте.	1	
31.	Общие правила оказания первой помощи.	1	
32.	Виды кровотечений. Оказание первой помощи при наружном кровотечении.	1	
33.	Оказание первой помощи при ушибах и переломах Общие правила транспортировки пострадавшего.	1	
34.	Годовая контрольная работа.	1	
	Общее количество часов	34	