

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Средняя
общеобразовательная школа № 16 с углублённым изучением отдельных
предметов имени Владимира Петровича Шевалева»
(Средняя школа № 16)

Программа курса внеурочной деятельности
«Школа безопасности»

Срок реализации программы: 1 год

Возраст учащихся: 11-15 лет

(5,6,7 классы)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативные акты и учебно-методические документы, на основании которых разработана рабочая программа:

- Федеральный Закон № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (п.3.ст.28, п.6. ст. 28, п.9,10 ст.2);
- ФГОС основного общего образования;
- Письмо Министерства общего и профессионального образования Ростовской области № 24/4.1.1-4851- м от 08.08.2014г. «О примерном порядке утверждения и примерной структуре рабочих программ»;
- Приказ Министерства общего и профессионального образования Ростовской области от 09.06.2015г. № 405 «Об утверждении регионального примерного недельного учебного плана для образовательных организаций, реализующих программы общего образования, расположенных на территории Ростовской области, на 2015-2016 учебный год»;
- Приказ Министерства образования и науки РФ № 576 от 08.06.2015 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014г. № 253»;
- Устав МАОУ СОШ № 16;
- Образовательная программа школы;
- Школьное «Положение о рабочей программе учебных курсов, предметов, дисциплин (модулей), реализуемых школой»;
- Авторская программа по «ОБЖ» А.Т.Смирнова, Б.О. Хренникова.
- Примерная программа для основного общего образования по «Основам безопасности жизнедеятельности» (Сборник нормативных документов).

Рабочая программа ориентирована на использование учебника «Основы безопасности жизнедеятельности». Учебник, под общей редакцией Б.О. Хренникова Н. В. Гололобова Л. И. Лыняная М. В. Маслов под ред. С. Н. Егорова – М...Просвещение, 2021г.

Общая характеристика учебного курса ОБЖ.

Программа направлена на овладение предметом ОБЖ на базовом уровне учениками в соответствии с Образовательной программой школы. Она охватывает все темы, предусмотренные федеральным компонентом государственного образовательного стандарта основного общего образования по ОБЖ и авторской программой учебного курса. Авторская образовательная программа по курсу "Основы безопасности жизнедеятельности" для 5-7х классов общеобразовательных учреждений под редакцией А.Т. Смирнова осталась без изменений. Учебный курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной школе строится так, чтобы были достигнуты следующие

цели:

- безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- принятие учащимися ценностей гражданского общества, прав человека, правового государства, ценностей семьи;
- антиэкстремистское мышление антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- профилактика асоциального поведения учащихся;
- отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию.

задачи:

- формирование у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование потребности в соблюдении требований, предъявляемых к гражданину РФ в области безопасности жизнедеятельности;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся антиэкстремистской личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Особенности организации учебного процесса по ОБЖ

Цель курса "Основы безопасности жизнедеятельности" - формирование безопасной личности, обладающей знаниями о современных проблемах безопасности жизни и деятельности, осознающей их важность и готовой выступать в роли их решателя, учитывая, как личные интересы, так и интересы общества.

Ключевыми принципами обучения ОБЖ являются: осознанность, активность и самостоятельность ученика; системность, последовательность и комплексность материала; обучение на высоком уровне сложности; крепкость овладения знаниями, умениями и навыками; использование методов группового и индивидуального обучения.

Курс предмета «ОБЖ» учитывает особенности, содержание и последовательность изучения материала в соответствии с учебно-методическим комплектом (УМК):

- Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 5 класса общеобразовательных учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. – М.: Просвещение, 2021г

Основной организационной формой обучения является урок. Основные принципы, методы и средства обучения конкретизируются и реализуются в ходе урока и через него.

Уроки деятельностной направленности:

- уроки «открытия» нового знания;
- уроки рефлексии;
- уроки общеметодологической направленности;
- уроки развивающего контроля.

Нетрадиционные формы уроков:

- Урок – коммуникации;
- Урок – практикум;
- Урок – игра;
- Урок – исследование;
- Урок – консультация;
- Урок – зачет;
- Интегрированный урок и др.

Базовыми технологиями, на которых построена реализация курса, являются:

- разноуровневое обучение;
- обучение в сотрудничестве.

Активные и интерактивные методы обучения;

- Информационно-коммуникационные технологии;
- Игровые технологии;

- Исследовательская технология обучения;
- Здоровьесберегающие технологии.

Форма аттестации:

- Итоговый зачёт по результатам освоения материала каждое полугодие (Зачёт/незачёт).

Место предмета в учебном плане

В соответствии с учебным планом школы на предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5-7х классах отводится 1 час в неделю.

- в 5 классе за 34 учебных часа в год;
- в 6 классе за 34 учебных часа в год;
- в 7 классе за 34 учебных часа в год;

Реализация программы 3 учебных года.

Содержание курса предмета

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 дальнозоркость. 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 токсикоманических 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 «скулшутинг» — 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.

Силовые 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 игромания.

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 стихийных бедствиях

Как погодные условия могут влиять на безопасность человека.

Ветер. Гроза. Молния. Правила поведения при грозе. Гололёд и 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 светилами 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.

Плавучие 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 воды.

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 вовремя 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.

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ»

Безопасность в криминогенных ситуациях

Как избежать встречи с преступником.

Безопасность на улице. Безопасность в городском транспорте. Как обеспечить свою безопасность в квартире. Осторожно: мошенничество.

Как избежать встречи с наркоторговцем.

Понятие «наркотизм». Противодействие наркотизму.

Безопасность в учебном и производственном процессах

Безопасность на уроках и переменах. Безопасность на практических занятиях.

Защита прав потребителей в Российской Федерации

Права потребителя на безопасность товара.

Основные положения Федерального закона «О защите прав потребителей».

Защита прав потребителей при использовании приобретённого товара.

Безопасность товара (работы, услуги). Информация о товарах (работах, услугах). От чего зависит уровень защищённости потребителя от опасного товара.

Защита прав потребителей при продаже товаров потребителям.

Права потребителя при обнаружении в товаре недостатков. Замена товара ненадлежащего качества.

Защита прав потребителей при выполнении работ (оказании услуг).

Права потребителя при обнаружении недостатков выполненной работы (оказанной услуги).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Основы комплексной безопасности

Ученик научится:

- классифицировать и описывать потенциально опасные бытовые ситуации и объекты экономики, расположенные в районе проживания; чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, наиболее вероятные для региона проживания;
- анализировать и характеризовать причины возникновения различных опасных ситуаций в повседневной жизни и их последствия, в том числе возможные причины и последствия пожаров, дорожно-транспортных происшествий (ДТП), загрязнения окружающей природной среды, чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- выявлять и характеризовать роль и влияние человеческого фактора в возникновении опасных ситуаций, обосновывать необходимость повышения уровня культуры безопасности жизнедеятельности населения страны в современных условиях;
- формировать модель личного безопасного поведения по соблюдению правил пожарной безопасности в повседневной жизни; по поведению на дорогах в качестве пешехода, пассажира и водителя велосипеда, по минимизации отрицательного влияния на здоровье неблагоприятной окружающей среды;
- разрабатывать личный план по охране окружающей природной среды в местах проживания; план самостоятельной подготовки к активному отдыху на природе и обеспечению безопасности отдыха; план безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций с учётом особенностей обстановки в регионе;

- руководствоваться рекомендациями специалистов в области безопасности по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Ученик научится:

- характеризовать в общих чертах организационные основы по защите населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; объяснять необходимость подготовки граждан к защите Отечества; устанавливать взаимосвязь между нравственной и патриотической проекцией личности и необходимостью обороны государства от внешних врагов;
- характеризовать гражданскую оборону как составную часть системы обеспечения национальной безопасности России;
- характеризовать основные задачи, которые решает МЧС России по защите населения страны;
- характеризовать основные мероприятия, которые проводятся в РФ, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- описывать существующую систему оповещения населения при угрозе возникновения чрезвычайной ситуации;
- характеризовать эвакуацию населения как один из основных способов защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; различать виды эвакуации; составлять перечень необходимых личных предметов на случай эвакуации;
- характеризовать аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения как совокупность первоочередных работ в зоне чрезвычайной ситуации;
- описывать основные мероприятия, которые проводятся при выполнении неотложных работ;
- моделировать свои действия по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях, в районе проживания при нахождении в школе, на улице, в общественном месте (в театре, библиотеке и др.), дома.

Ученик получит возможность научиться:

- *подбирать материал и готовить занятие на тему «Основные задачи гражданской обороны по защите населения от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени»;*

Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

Ученик научится:

- негативно относиться к любым видам террористической и экстремистской деятельности;
- характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьёзную угрозу личности, обществу и национальной безопасности России;

- воспитывать у себя личные убеждения и качества, которые способствуют формированию антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления;
- обосновывать значение культуры безопасности жизнедеятельности в противодействии идеологии терроризма и экстремизма;
- характеризовать основные меры уголовной ответственности за участие в террористической и экстремистской деятельности;
- моделировать последовательность своих действий при угрозе террористического акта.

Ученик получит возможность научиться:

- *формировать личные убеждения, способствующие профилактике вовлечения в террористическую деятельность;*
- *формировать индивидуальные качества, способствующие противодействию экстремизму и терроризму;*
- *использовать знания о здоровом образе жизни, социальных нормах и законодательстве для выработки осознанного негативного отношения к любым видам нарушений общественного порядка, употреблению алкоголя и наркотиков, а также к любым видам экстремистской и террористической деятельности.*

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Основы здорового образа жизни

Ученик научится:

- использовать знания о здоровье и здоровом образе жизни как средство физического совершенствования;
- анализировать состояние личного здоровья и принимать меры по его сохранению, соблюдать нормы и правила здорового образа жизни для сохранения и укрепления личного здоровья;
- характеризовать факторы, потенциально опасные для здоровья (вредные привычки, ранние половые связи и др.), и их возможные последствия;
- формировать личные качества, которыми должны обладать молодые люди, решившие вступить в брак;
- объяснить роль семьи в жизни личности и общества, значение семьи для обеспечения демографической безопасности государства.

Ученик получит возможность научиться:

- *использовать здоровьесберегающие технологии (совокупность методов и процессов) для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, в том числе его духовной, физической и социальной составляющих.*

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Ученик научится:

- характеризовать различные повреждения и травмы, наиболее часто встречающиеся в быту, и их возможные последствия для здоровья;
- анализировать возможные последствия неотложных состояний в случаях, если не будет своевременно оказана первая помощь;
- соблюдать последовательность действий при оказании первой помощи при различных повреждениях, травмах, наиболее часто случающихся в быту;

Ученик получит возможность научиться:

- *готовить и проводить занятия по обучению правилам оказания само- и взаимопомощи при наиболее часто встречающихся в быту повреждениях и травмах.*

Формирование универсальных учебных действий

(личностные и метапредметные результаты)

В результате изучения «Основ безопасности жизнедеятельности» в 5 классе у учащихся будут формироваться *личностные, регулятивные, познавательные и коммуникативные* универсальные учебные действия как основа умения учиться.

Личностные результаты	Метапредметные результаты		
	Регулятивные	Познавательные	Коммуникативные
широкая мотивационная основа учебной деятельности, включающая социальные, учебно- познавательные и внешние мотивы; способность к самоконтролю, самооценке на основе критериев успешности учебной деятельности; основы гражданской идентичности, своей этнической принадлежности; знание основных моральных норм и ориентация на их выполнение;	принимать и сохранять учебную задачу, планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей; осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату, вносить коррективы на основе анализа и полученного результата; различать способ и результат действия; преобразовывать практическую задачу в познавательную.	осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий; осуществлять запись (фиксацию) информации, использовать знаково- символические средства: модели, схемы, графики; строить сообщения в устной и письменной форме; осуществлять анализ объектов с выделением существенных и несущественных признаков;	адекватно использовать коммуникативные, прежде всего речевые, средства для решения различных коммуникативных задач, строить монологическое высказывание (в том числе сопровождая его аудиовизуальной поддержкой), владеть диалогической формой коммуникации, используя средства ИКТ и дистанционного общения; учитывать разные мнения и стремиться к координации

готовность и способность к выполнению норм и требований школьной жизни, прав и обязанностей ученика; потребность в участии в общественной жизни ближайшего социального окружения, общественно полезной деятельности		осуществлять синтез как составление целого из частей; проводить сравнение, сериацию и классификацию по заданным критериям; устанавливать причинно- следственные связи в изучаемом круге явлений; обобщать, устанавливать анalogии, давать определение понятиям; проводить наблюдение и эксперимент под руководством учителя.	различных позиций в сотрудничестве; формулировать собственное мнение и позицию; аргументировать свою точку зрения
---	--	--	--

Метапредметные результаты изучения курса (регулятивные, познавательные и коммуникативные универсальные учебные действия) оцениваются с помощью психологических, диагностических тестов, наблюдения и личного портфолио ученика

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 КЛАССА

№ модуля,	Наименование модулей, разделов, тем	Количество часов
Модуль -1 Основы безопасности личности, общества, государства – 23 час.		
Глава 1	Человек и его безопасность	3
Глава 2	Здоровье и факторы, влияющие на него	5
Глава 3	Безопасное поведение на дорогах и в транспорте	3
Глава 4	Безопасность вашего жилища	6
Глава 5	Безопасность в криминальных ситуациях	2
Глава 6	Экстремизм и терроризм – угроза личности, обществу и государству	3
Глава 7	Безопасность в информационной среде	2
Глава 8	Безопасность в различных погодных условиях и при стихийных бедствиях	3
Глава 9	Производственные аварии и их опасности для жизни, здоровья и благополучия человека	3
Модуль -2 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни – 12 час.		
Глава 10	Первая медицинская помощь и правила ее оказания	4
	Итого:	34 часа

Поурочное планирование 5 класса

№	Наименование разделов, тем	Количество часов
Модуль 1 Основы безопасности личности, общества, государства 30 часов		
	Глава 1. Человек и его безопасность	3
1	Опасности в жизни человека	1
2	Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях	1
3	Разновидности чрезвычайных ситуаций	1
	Глава 2. Здоровье и факторы, влияющие на него	5
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
	Глава 3. Безопасное поведение на дорогах и в транспорте	3
9.	Правила поведения для пешеходов	1
10.	Правила поведения для пассажиров	1

11.	Если вы водитель велосипеда.	1
	Глава 4. Безопасность вашего жилища	6
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
	Глава 5. Безопасность в криминальных ситуациях	2
18.	Как избежать контактов со злоумышленниками и преступной средой	1
19.	Советы на всю жизнь	1
	Глава 6. Экстремизм и терроризм – угроза личности, обществу и государству	3
20.	Что такое экстремизм	1
21.	Терроризм – крайняя форма экстремизма	1
22.	Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта	1
	Глава 7. Безопасность в информационной среде	2
23.	Что такое информационная среда	1
24.	Безопасное использование информационных ресурсов	1

	Глава 8. Безопасность в различных погодных условиях и при стихийных бедствиях	3
25.	Как погодные условия могут влиять на безопасность человека	1
26.	Безопасное поведение на водоемах при различных погодных условиях	1
27.	Стихийные бедствия и их опасности	1
	Глава 9. Производственные аварии и их опасности для жизни, здоровья и благополучия человека	3
28.	Химические производства и связанные с ними опасности	1
29.	Ядерные объекты и их опасности	1
30.	Гидротехнические сооружения и их опасности	1
Модуль -2 Основы медицинских знаний 4 часа		
	Глава 10. Первая медицинская помощь и правила ее оказания	4
31.	Основные правила оказания первой помощи	1
32.	Первая помощь и взаимопомощь при ожоге	1
33.	Первая помощь при отравлениях	1
34.	Первая помощь при травмах. Первая помощь при чрезвычайных ситуациях	1
Итого:		34

Тематическое планирование 6 класса

№ модуля,	Наименование модулей, разделов, тем	Количество часов
Модуль -1 Здоровье и как его сохранить – 7 часов.		
Глава 1	Здоровье и правила его сбережения	7
Модуль – 2 Безопасность в природной среде - 20 часов.		
Глава 2	Безопасное поведение на природе	7
Глава 3	Правила поведения в различных видах походов	4
Глава 4	Безопасное поведение при автономном существовании	5
Глава 5	Опасные встречи в природных условиях	4
Модуль -3 Основы медицинских знаний – 7 часов.		
Глава 6	Первая помощь в природных условиях	7
	Итого:	34 часа

Поурочное планирование 6 класса

№	Модуль -1 Здоровье и как его сохранить	Количество часов
	Глава 1 Здоровье и правила его сбережения.	
1.	Факторы, способствующие сбережению здоровья.	1
2.	Факторы, разрушающие здоровье.	1
3.	Профилактика вредных привычек.	2
4.	Как избежать отрицательного воздействия окружающей среды на развитие и здоровье человека.	1
5.	Правила личной гигиены при занятиях туризмом.	1
6.	Туризм как часть комплекса ГТО.	1
	Модуль – 2 Безопасность в природной среде - час.	
	Глава 2 Безопасное поведение на природе.	
7.	Безопасное поведение в туристических походах.	1
8.	Виды туристических походов.	1
9.	Как ориентироваться на местности.	1
10.	Подготовка к проведению туристического похода.	1
11.	Приметы, по которым можно определить погоду.	1
12.	Как развести костер при разной погоде.	1

13.	Если в лесу вас застигла гроза.	1
	Глава 3 Правила безопасного поведения в различных видах походов.	
14.	Советы на всю жизнь.	1
15.	Лыжные походы.	1
16.	Горные походы.	1
17.	Водные походы. Способы и средства самопомощи и взаимопомощи в водных походах.	1
	Глава 4 Безопасное поведение при автономном существовании.	
18.	Поведение человека в условиях автономного существования в природной среде.	1
19.	Добровольная и вынужденная автономия человека в природной среде.	1
20.	Организация ночлега при автономном существовании.	1
21.	Как добыть питье и пищу в условиях автономии.	1
22.	Как подать сигналы бедствия.	1
	Глава 5 Опасные встречи в природных условиях.	
23.	Безопасность при встрече с дикими животными.	1
24.	Безопасность при встрече со змеей.	1
25.	Защита от комаров и мошки и других насекомых.	1
26.	Профилактика клещевого энцефалита.	1
	Модуль -3 Основы медицинских знаний – 7 час.	

	Глава 6 Первая помощь в природных условиях.	
27.	Народные средства первой помощи.	1
28.	Первая помощь при травматических повреждениях.	1
29.	Первая помощь при солнечном и тепловом ударе.	1
30.	Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге.	1
31.	Психологическая поддержка пострадавшего.	1
32	Практическое занятие оказание первой помощи	2
Итого:		34

Тематическое планирование 7 класса

№ модуля,	Наименование модулей, разделов, тем	Количество часов
Модуль – Безопасность в социуме – 17 час.		
Глава 1	Как улучшить отношения с окружающими	4
Глава 2	Безопасность в повседневной жизни	3
Глава 3	Безопасность в ситуациях, связанных с железнодорожным транспортом и метрополитеном	2
Глава 4	Безопасность в криминогенных ситуациях	2
Глава 5	Терроризм – угроза обществу и человеку	6
Модуль – 2 Безопасность в природной среде - 9 час.		
Глава 6	Чрезвычайные ситуации природного характера	7
Глава 7	Природные пожары	2
Модуль -3 Здоровье и как его сохранить – 4 час.		
Глава 8	Чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения	4
Модуль -4 Основы медицинских знаний – 4 час.		
Глава 6	Первая помощь и правила её оказания	4
	Итого:	34 часа

Поурочное планирование 7 класса

№	Тема урока	Количество часов
	Модуль 1 – в социуме – 17 час.	
	Как улучшить отношения с окружающими.	
1.	Стресс и стрессовые ситуации.	1
2.	Как снизить влияние стресса на поведение и общее состояние человека.	1
3.	Конфликт – особенность общения.	1
4.	Безопасность в социальных сетях.	1
	Безопасность в повседневной жизни.	
5.	Пожарная безопасность в помещениях.	1
6.	Электробезопасность в повседневной жизни.	1
7.	Средства бытовой химии.	1
	Безопасность в ситуациях, связанных с железнодорожным транспортом и метрополитеном.	
8.	Ситуации, связанные с железнодорожным транспортом.	1
9.	Безопасность на метрополитене.	1
	Безопасность в криминогенных ситуациях.	
10.	Как избежать встречи с преступником.	1
11.	Как избежать встречи с наркоторговцем.	1
	Терроризм – угроза обществу и каждому человеку.	
12.	Как государство борется с терроризмом.	1

13.	Особенности современного терроризма.	1
14.	Виды современной террористической деятельности.	1
15.	Телефонные террористы.	1
16.	Как не стать пособником террористов.	1
17.	Формирование антитеррористического поведения.	1
	Модуль – 2 Безопасность в природной среде - 9 час.	
	Чрезвычайные ситуации природного характера.	
18.	Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.	1
19.	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Землетрясение.	1
20.	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Извержения вулканов. Оползни, обвалы.	1
21.	Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения.	1
22.	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения.	1
23.	Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения.	1
24.	Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического и гидрологического происхождения.	1
	Природные пожары.	
25.	Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары.	1
26.	Защита населения от лесных и торфяных пожаров.	1
	Модуль - 3 Здоровье и как его сохранить – 4 час.	
	Чрезвычайные ситуации биолого – социального происхождения.	
27.	Эпидемии.	1
28.	Эпизоотии.	1

29.	Эпифитотии	1
30.	Защита населения от чрезвычайных ситуаций биолого – социального происхождения.	1
	Модуль -4 Основы медицинских знаний – 4 час.	
	Первая помощь и правила ее оказания.	
31.	Важность своевременного оказания первой помощи.	1
32.	Первая помощь при электротравме.	1
33.	Первая помощь при кровотечении.	1
34.	Первая помощь при ушибах и переломах. Транспортировка пострадавших в медицинское учреждение.	2
Итого:		34

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Печатные пособия

1. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 5 класса общеобразовательных учреждений / Б.О. Хренников, Н. В. Гололобов Л. И. Льяная М. В. Маслов – М.: Просвещение, 2021 г
2. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 6 класса общеобразовательных учреждений / Б.О. Хренников, Н. В. Гололобов Л. И. Льяная М. В. Маслов – М.: Просвещение, 2021 г
3. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 7 класса общеобразовательных учреждений / Б.О. Хренников, Н. В. Гололобов Л. И. Льяная М. В. Маслов – М.: Просвещение, 2021 г
4. Методические материалы и документы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: Кн. для учителя - составители А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, -М: просвещение, 2001.
5. ОБЖ, учебно – методический журнал-2000-2011гг. «Правила дорожного движения»
6. Методические материалы и документы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: Кн. для учителя - составители А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, -М: просвещение, 2008.

Информационно-методическое обеспечение:

№	<i>Наименование электронных образовательных изданий</i>
1	Электронное с. у. н. «ОБЖ 5-11 классе»
2	Сборник педагогических практик учителей РО по использованию доски SMART (физ. культура, ОБЖ, информатика, технология)

Средства обучения

1. Учебно - практическое оборудование.

- Аптечка первой медицинской помощи, шины, резиновый жгут, бинты

2. Информационно- коммуникационные средства.

- Презентации к уроку 5 класс
- Эл. сборник тестов 5 класс

3. Технические средства обучения

- Компьютер, интерактивный комплекс.