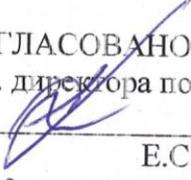


Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение –
Тыгшская средняя общеобразовательная школа

РАССМОТРЕНО
на заседании ШАП


Князева М.А.
Протокол № 1 от
«26» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
зам. директора по УВР


Е.С. Лихачева
от 28» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора
МАОУ-Тыгшской СОШ


Д.Е. Пермикина
01-05/506 от 30 августа 2024 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Культура безопасности жизнедеятельности
(указать предмет, курс, модуль)

(приложение к основной образовательной программе основного общего образования
МАОУ-Тыгшской СОШ 2023-2028 гг.)

Уровень обучения (класс) 5-7 (ФГОС) основное общее образование

Количество часов 102 Уровень базовый

Преподаватель-организатор ОБЖ:
Пермикин Сергей Леонидович, высшая квалификационная категория

Срок реализации: 2023 – 2028 гг.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В рамках основного общего образования курс «Культура безопасности жизнедеятельности» направлен на достижение следующих целей:

- воспитание патриотизма, уважения к Отечеству, ответственности перед Родиной;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение правил безопасного поведения на транспорте, на дорогах, в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей;
- формирование основ экологической культуры;
- осознание значения и ценности семьи в жизни человека и общества;
- воспитание уважительного и заботливого отношения к членам своей семьи.

Этот курс предназначен для решения следующих задач:

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства через осознание значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- формирование понимания личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование понимания роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, от экстремизма и терроризма;
- формирование понимания необходимости подготовки граждан к защите Отечества;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической позиции;
- формирование понимания необходимости сохранения природы и окружающей среды;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций и их последствий для личности, общества и государства;
- знание и умение применять на практике правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- овладение основами экологического планирования безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Общая характеристика учебного курса КБЖ

Рабочая программа по курсу «Культура безопасности жизнедеятельности» подготовлена по уровню образования (основное общее образование) в соответствии с ФГОС основного общего образования.

Рабочая программа по курсу «Культура безопасности жизнедеятельности» для основного общего образования содержит:

- пояснительную записку с целями и задачами обучения;
- общую характеристику учебного предмета;
- описание места учебного предмета «культура безопасности жизнедеятельности» в учебном плане;
- описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета;
- личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета;
- перечень УУД, достижение которых обеспечивает программа;

- содержание учебного курса;
- тематическое планирование;
- материально – техническое обеспечение.

Описание места учебного предмета «Культура безопасности жизнедеятельности» в учебном плане

Курс «Культура безопасности жизнедеятельности» в соответствии с базисным учебным планом основного общего образования изучается с 5 по 7 класс из расчета 1 ч в неделю для каждой параллели (всего 102 ч).

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения ЗОЖ в единстве его составляющих: физическом, психическом и социально-нравственном здоровье.

Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой деятельности и жизни.

Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек

Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

Ценность добра - направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявлении высшей человеческой способности – любви.

Ценность семьи – как первой и самой значимой для развития ребенка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и другим людям.

Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, в осознанном желании служить Отечеству.

Ценность человечества – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА 5 КЛАСС

Город источник опасности. Особенности города как среды обитания.

Системы обеспечения безопасности города

Пожарная безопасность

Причины пожара. Опасные факторы пожара: дым, высокая температура, открытый огонь, обрушение.

Меры пожарной безопасности при эксплуатации электробытовых и газовых приборов, отопительных печей, применение открытых источников огня

Детская шалость с огнем и ее последствия. Порядок действий при возникновении пожара

Правила и способы эвакуации. Средства пожаротушения. Действия при возгорании одежды на человеке

Единая дежурная диспетчерская противопожарная служба. Порядок вызова пожарных, спасателей.

Противопожарный режим в школе, меры по его соблюдению. Движение юных пожарных.

Дорожная безопасность Государственная служба, обеспечивающая общественный порядок на улицах, дорогах и в общественном транспорте, ее назначение.

Движение по тротуарам, пешеходным дорожкам, обочинам. Передвижение группы детей.

Правила перехода перекрестков, улиц, дорог.
ДТП. Взаимодействие очевидцев ДТП с работниками ГБДД на месте происшествия.
Современный транспорт - зона повышенной опасности.
Общественный транспорт: автобус, трамвай, троллейбус, метро.
Железнодорожный транспорт, авиационный, водный. Правила безопасного поведения на транспорте.
Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера
Места повышенной криминогенной опасности (вокзалы, рынки, др.)
Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде дома, лифте. Правила общения с незнакомым человеком по телефону.
Безопасность на воде Особенности состояния водоемов в разное время года. Опасности водоемов.
Правила безопасного купания и отдыха на воде. Правила оказания помощи утопающему
Здоровый образ жизни в подростковом возрасте
Режим питания, сна, питьевой режим, гигиена тела и одежды. Физические нагрузки и их влияние на состояние организма. Самоконтроль за физическим развитием. Оптимальная двигательная активность в подростковом возрасте.
Закаливание организма, методы закаливания. Значение физической культуры и спорта для физического развития. Рациональное питание - основа здорового образа жизни (ЗОЖ). Гигиена питания. Культура питания.
Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье Негативное влияние наркотических веществ. Способы противодействия наркотической зависимости. Курение, его негативное воздействие на организм человека
Первая медицинская помощь при травмах
Виды травм. Первая медицинская помощь при травмах.
Отравления. Причины отравлений. Правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях.
Медицинская аптечка, состав и назначение.
Ожоги
Причины и виды ожогов
Первая медицинская помощь при ожогах.
Практические занятия
Однодневный туристический поход
. Индивидуальные средства защиты органов дыхания (назначение, защищающая способность).
Оказание первой помощи при ссадинах, ушибах, травмах
Оказание первой помощи при ожогах.
Подготовка к «Дню защиты детей». Эвакуация из здания школы в случае пожара

6 КЛАСС

Экстремальные ситуации в природе. Опасные и экстремальные ситуации в природе. Подготовка к путешествию. НАЗ.
Последовательность действий в ЭС в природе Смена климато -географических условий.
Особенности акклиматизации в условиях гор, моря, пустыни, тайги. Правила успешной акклиматизации Автономное существование человека в природе. Правила безопасного поведения Возможные случаи отставания от группы
Авария транспортного средства. Способы подачи сигналов бедствия. Способы ориентирования на местности
Строительство временного укрытия. Виды. Добывание огня и разведение костра. Типы костров, сохранение огня.

Обеспечение быта, обеспечение водой. Организация питания. Пища, добывание пищи. Походная пища: растительная и животная. Личная гигиена, уход за одеждой и обувью Возможные опасности в пути и их предупреждение

Дорожная безопасность Дорожные знаки, их классификация. Правила движения транспортных средств по сигналам светофора. Правила движения пешеходов по сигналам светофора для пешеходов

Особенности передвижения группы детей. Особенности перехода улиц группами людей. Перевозка групп детей специальным и общественным транспортом. Правила безопасного поведения при использовании различных транспортных средств.

Велосипед как транспортное средство. Способы безопасной эксплуатации велосипеда Пожарная безопасность

Пожар на транспорте. Причины его возникновения. Действия при возгорании транспортных средств

Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера

Ситуации криминогенного характера дома, на улице, в общественных местах. Защита имущества от посягательства преступников.

Мошенничество, его основные виды, наиболее часто встречающиеся в повседневной жизни. Основные черты мошенничества. Действия по предотвращению мошенничества и в случаях, когда человек становится жертвой преступников.

Безопасное поведение на воде

Опасности уральских водоемов. Меры предосторожности при передвижении по льду и воде. Состояние льда, условия безопасного передвижения по льду. Оказание само и взаимопомощи терпящим бедствие на льду и воде.

Переохлаждение и обморожение

Факторы, определяющие состояние здоровья подростка Влияние окружающей среды на здоровье человека. Режим дня и здоровье подростка. Биологические ритмы и работоспособность человека.

Ранения, ушибы и переломы различной степени тяжести

Первая медицинская помощь при ушибах, ранениях.

Первая медицинская помощь при переломах

Первая медицинская помощь при переохлаждениях, обморожениях.

Практические занятия Однодневный туристический поход

Назначение, устройство, защитные свойства противогаза. Правила пользования противогазом

Основные узлы, применяемые в туризме

Подготовка к «Дню защиты детей». Порядок эвакуации из здания школы при угрозе террористического акта

7 КЛАСС

Опасные и чрезвычайные ситуации и безопасность человека Опасные ситуации и единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций

Чрезвычайные ситуации природного характера и защита от них

Понятие наводнение. Классификация по причинам возникновения. Классификация по масштабу.

Поражающие факторы наводнений

Мероприятия по защите от наводнений. Действия при наводнении

Основные понятия и классификация ураганов, бурь

Причины возникновения ураганов, бурь, смерчей.

Поражающие факторы и последствия.

Защита от последствий и действия населения

Последствия землетрясений.

Основные характеристики землетрясений

Понятие землетрясения, причины их возникновения

Меры по снижению потерь и правила безопасного поведения
Понятие цунами, их причины и параметры
Последствия, защита от цунами и действия населения
Основные параметры, причины обвалов, оползней
Поражающие факторы обвалов, оползней, селей
Мероприятия по предупреждению и правила безопасного поведения
Лесные и торфяные пожары. Понятие, классификация и причины пожаров
Предупреждение лесных и торфяных пожаров. Борьба с ними.
Дорожная безопасность Правила дорожного движения. Сигналы регулировщика.
Действия пешеходов и водителей по сигналам регулировщика.
Применение специальных сигналов
Требования к движению велосипедистов. Меры безопасности при передвижении на велосипеде
Ответственность за нарушение ПДД. Решение ситуационных задач
Основы экологической культуры
Анализ экологических особенностей Уральского региона. Факторы, влияющие на жизнедеятельность человека. Промышленные и бытовые отходы. Экологически чистые продукты питания и товары повседневного спроса.
Источники получения информации об экологической безопасности пожаров (безопасность продуктов питания, товаров повседневного спроса).
Зависимость здоровья и деятельности человека от экологического состояния окружающей природы. Духовно-нравственные аспекты проблем сохранения жизни и культуры, окружающей природы Уральского региона.
ЗОЖ и его составляющие. Навыки здорового образа жизни
Культура и здоровье. Психическое и физическое здоровье. Способы сохранения и укрепления здоровья. Профилактика переутомления.
Стресс и его воздействие на человека. Способы выхода из стрессовой ситуации.
Способы прогнозирования и предотвращения стрессовых ситуаций
Роль социальной среды в развитии подростка
Взаимоотношения со сверстниками. Взаимодействие в школьном коллективе. Права, обязанности и ответственность субъектов образовательной деятельности. Подходы к анализу взаимодействия в подростковой среде.
Виды травм
Первая медицинская помощь при травмах. Электротравмы. Причины их возникновения, профилактика.
Первая медицинская помощь при поражении электрическим током и молнией.
Способы транспортировки пострадавших
Практические занятия Однодневный туристический поход
Противогазы (виды, устройство, назначение, защитные свойства). Правила пользования
Подготовка к «Дню защиты детей». Порядок эвакуации из здания школы при возникновении пожара

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА

Личностными результатами обучения КБЖ в основной школе являются:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметными результатами обучения основам безопасности

жизнедеятельности в основной школе являются:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметными результатами обучения КБЖ в основной школе являются:

1. В познавательной сфере:
 - знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.
2. В ценностно-ориентационной сфере:
 - умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
 - умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
 - умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их личного безопасного поведения.
3. В коммуникативной сфере:
 - умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.
4. В эстетической сфере:
 - умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.
5. В трудовой сфере:
 - знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

- умения оказывать первую медицинскую помощь.
6. В сфере физической культуры:
- формирование установки на здоровый образ жизни;
 - развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 класс

№ п/п	Кол-во часов	Разделы
1.	18	<i>Раздел 1. Безопасность человека в опасных и чрезвычайных ситуациях</i>
2.	3	<i>Раздел 2. Основы здорового образа жизни и культура здоровья</i>
3.	5	<i>Раздел 3. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи</i>
4.	8	<i>Практические занятия</i>

6 класс

№ п/п	Кол-во часов	Разделы
1	23	<i>Раздел 1. Безопасность человека в опасных и чрезвычайных ситуациях</i>
2	1	<i>Раздел 2. Основы здорового образа жизни и культура здоровья</i>
3	3	<i>Раздел 3. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи</i>
4	7	<i>Практические занятия</i>

7 класс

№ п/п	Кол-во часов	Разделы
1	20	<i>Раздел 1. Безопасность человека в опасных и чрезвычайных ситуациях</i>
2	5	<i>Раздел 2. Основы здорового образа жизни и культура здоровья</i>
3	2	<i>Раздел 3. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи</i>
4	7	<i>Практические занятия</i>

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 класс (34 часа)

№ п/п	Кол-во часов	Разделы ,темы
		Раздел 1. Безопасность человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (18 ч)
1	2	1. Город источник опасности. Особенности города как среды обитания. 2. Системы обеспечения безопасности города
2	6	1. Пожарная безопасность Причины пожара. Опасные факторы пожара: дым, высокая температура, открытый огонь, обрушение. 2. Меры пожарной безопасности при эксплуатации электробытовых и газовых приборов, отопительных печей, применение открытых источников огня. 3. Детская шалость с огнем и ее последствия. Порядок действий при возникновении пожара. 4. Правила и способы эвакуации. Средства пожаротушения. Действия при возгорании одежды на человеке. 5. Единая дежурная диспетчерская противопожарная служба. Порядок вызова пожарных, спасателей. 6. Противопожарный режим в школе, меры по его соблюдению. Движение юных пожарных.
3	6	1. Дорожная безопасность Государственная служба, обеспечивающая общественный порядок на улицах, дорогах и в общественном транспорте, ее назначение. 2. Движение по тротуарам, пешеходным дорожкам, обочинам. Передвижение группы детей. 3. Правила перехода перекрестков, улиц, дорог. 4. ДТП. Взаимодействие очевидцев ДТП с работниками ГИБДД на месте происшествия. 5. Современный транспорт - зона повышенной опасности. Общественный транспорт: автобус, трамвай, троллейбус, метро. 6. Железнодорожный транспорт, авиационный, водный. Правила безопасного поведения на транспорте.
4	2	1. Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера Места повышенной криминогенной опасности (вокзалы, рынки, др.) 2. Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде дома, лифте. Правила общения с незнакомым человеком по телефону.
5	2	1. Безопасность на воде Особенности состояния водоемов в разное время года. Опасности водоемов. 2. Правила безопасного купания и отдыха на воде. Правила оказания помощи утопающему.
		Раздел 2. Основы здорового образа жизни и культура здоровья (3 ч)
6	2	1. Здоровый образ жизни в подростковом возрасте Режим питания, сна, питьевой режим, гигиена тела и одежды. Физические нагрузки и их влияние на состояние организма. Самоконтроль за физическим развитием. Оптимальная двигательная активность в подростковом возрасте. 2. Закаливание организма, методы закаливания. Значение физической культуры и спорта для физического развития. Рациональное питание - основа здорового образа жизни (ЗОЖ). Гигиена питания. Культура питания.
7	1	1. Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье Негативное влияние наркотических веществ. Способы противодействия наркотической зависимости. Курение, его негативное воздействие на организм человека
		Раздел 3. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (5 ч)
8	3	1. Первая медицинская помощь при травмах Виды травм. Первая медицинская помощь при травмах. 2. Отравления. Причины отравлений. Правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях. 3. Медицинская аптечка, состав и назначение.

9	2	1. Ожоги Причины и виды ожогов. 2. Первая медицинская помощь при ожогах.
		Практические занятия (8 ч)
10	8	Занятие Практические занятия 1-4. Однодневный туристический поход Занятие 5. Индивидуальные средства защиты органов дыхания (назначение, защищающая способность). Занятие 6. Оказание первой помощи при ссадинах, ушибах, травмах Занятие 7. Оказание первой помощи при ожогах. Занятие 8. Подготовка к «Дню защиты детей». Эвакуация из здания школы в случае пожара.

6 класс (34 часа)

№ п/п	Кол-во часов	Разделы , темы
		Раздел 1. Безопасность человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (23 ч)
1	14	1. Экстремальные ситуации в природе Опасные и экстремальные ситуации в природе. 2. Подготовка к путешествию. НАЗ. 3 Смена климато -географических условий.Последовательность действий в ЭС в природе. 4. Особенности акклиматизации в условиях гор, моря, пустыни, тайги. Правила успешной акклиматизации 5. Автономное существование человека в природе. Правила безопасного поведения Возможные случаи отставания от группы. 6. Авария транспортного средства. Способы подачи сигналов бедствия. 7. Способы ориентирования на местности. 8. Строительство временного укрытия. Виды. 9. Добывание огня и разведение костра. 10. Типы костров, сохранение огня. 11. Обеспечение быта, обеспечение водой. 12. Организация питания. Пища, добывание пищи. Походная пища: растительная и животная. 13. Личная гигиена, уход за одеждой и обувью. 14. Возможные опасности в пути и их предупреждение
2	4	1. Дорожная безопасность Дорожные знаки, их классификация. 2. Правила движения транспортных средств по сигналам светофора. Правила движения пешеходов по сигналам светофора для пешеходов. 3.Особенности передвижения группы детей. Особенности перехода улиц группами людей. Перевозка групп детей специальным и общественным транспортом. Правила безопасного поведения при использовании различных транспортных средств. 4. Велосипед как транспортное средство. Способы безопасной эксплуатации велосипеда.
3	1	1. Пожарная безопасность Пожар на транспорте. Причины его возникновения. Действия при возгорании транспортных средств.
4	2	1 Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера Ситуации криминогенного характера дома, на улице, в общественных местах. Защита имущества от посягательства преступников. 2. Мошенничество, его основные виды, наиболее часто встречающиеся в повседневной жизни. Основные черты мошенничества. Действия по предотвращению мошенничества и в случаях, когда человек становится жертвой преступников.

5.	2	1. Безопасное поведение на воде Опасности уральских водоемов. Меры предосторожности при передвижении по льду и воде. Состояние льда, условия безопасного передвижения по льду. 2. Оказание само и взаимопомощи терпящим бедствие на льду и воде. Переохлаждение и обморожение.
		Раздел 2. Основы здорового образа жизни и культура здоровья (1 ч)
6	1	1. Факторы, определяющие состояние здоровья подростка Влияние окружающей среды на здоровье человека. Режим дня и здоровье подростка. Биологические ритмы и работоспособность человека.
		Раздел 3. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (3 ч)
7	3	1. Ранения, ушибы и переломы различной степени тяжести Первая медицинская помощь при ушибах, ранениях. 2. Первая медицинская помощь при переломах. 3. Первая медицинская помощь при переохлаждениях, обморожениях.
		Практические занятия (7 ч)
8	7	Занятие 1-4. Практические занятия Однодневный туристический поход Занятие 5. Назначение, устройство, защитные свойства противогаза. Правила пользования противогазом. Занятие 6. Основные узлы, применяемые в туризме. Занятие 7. Подготовка к «Дню защиты детей». Порядок эвакуации из здания школы при угрозе террористического акта.

7 класс (34 часа)

№ п/п	Кол-во часов	Разделы , темы
		Раздел 1. Безопасность человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (20ч)
1	1	Опасные и чрезвычайные ситуации и безопасность человека Опасные ситуации и единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций
2	15	1. Чрезвычайные ситуации природного характера и защита от них Понятие наводнение. Классификация по причинам возникновения. Классификация по масштабу. 2. Поражающие факторы наводнений. 3. Мероприятия по защите от наводнений. Действия при наводнении 4. Основные понятия и классификация ураганов, бурь. 5. Причины возникновения ураганов, бурь, смерчей. Поражающие факторы и последствия. 6. Защита от последствий и действия населения. 7. Понятие землетрясения, причины их возникновения 8. Основные характеристики землетрясений. 9. Последствия землетрясений. Меры по снижению потерь и правила безопасного поведения. 10. Понятие цунами, их причины и параметры. 11. Последствия, защита от цунами и действия населения. 12. Основные параметры, причины обвалов, оползней. 13. Поражающие факторы обвалов, оползней, селей. 14. Мероприятия по предупреждению и правила безопасного поведения 15. Лесные и торфяные пожары. Понятие, классификация и причины пожаров.

3	4	<p>1. Дорожная безопасность Правила дорожного движения. Сигналы регулировщика. Действия пешеходов и водителей по сигналам регулировщика.</p> <p>2. Применение специальных сигналов</p> <p>3. Требования к движению велосипедистов. Меры безопасности при передвижении на велосипеде.</p> <p>4. Ответственность за нарушение ПДД. Решение ситуационных задач</p>
		Раздел 2. Основы здорового образа жизни и культура здоровья (5 ч)
4	2	<p>1. Основы экологической культуры Анализ экологических особенностей Уральского региона. Факторы, влияющие на жизнедеятельность человека. Промышленные и бытовые отходы. Экологически чистые продукты питания и товары повседневного спроса. Источники получения информации об экологической безопасности пожаров (безопасность продуктов питания, товаров повседневного спроса).</p> <p>2. Зависимость здоровья и деятельности человека от экологического состояния окружающей природы. Духовно-нравственные аспекты проблем сохранения жизни и культуры, окружающей природы Уральского региона.</p>
5	2	<p>1. ЗОЖ и его составляющие. Навыки здорового образа жизни Культура и здоровье. Психическое и физическое здоровье. Способы сохранения и укрепления здоровья. Профилактика переутомления.</p> <p>2. Стресс и п о воздействие на человека. Способы выхода из стрессовой ситуации. Способы прогнозирования и предотвращения стрессовых ситуаций.</p>
6	1	<p>1. Роль социальной среды в развитии подростка Взаимоотношения со сверстниками. Взаимодействие в школьном коллективе. Права, обязанности и ответственность субъектов образовательной деятельности. Подходы к анализу взаимодействия в подростковой среде.</p>
		Раздел 3. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (2 ч)
7	2	<p>1 Виды травм Первая медицинская помощь при травмах. Электротравмы. Причины их возникновения, профилактика.</p> <p>2. Первая медицинская помощь при поражении электрическим током и молнией. Способы транспортировки пострадавших.</p>
		Практические занятия (7ч)
8	7	<p>Занятие 1-4. Практические занятия Однодневный туристический поход</p> <p>Занятие 5. Противогазы (виды, устройство, назначение, защитные свойства). Правила пользования.</p> <p>Занятие 6-7. Подготовка к «Дню защиты детей». Порядок эвакуации из здания школы при возникновении пожара.</p>

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса обязательные учебные материалы для ученика(методические материалы для учителя, цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети интернет).

Культура безопасности жизнедеятельности, учебник/ Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В.Сидоренко, А.Б.Таранин./ Москва, «Просвещение», 2013

1. ООО «Инфоурок» – URL: <https://infourok.ru>
2. [Учи.ру](https://uchi.ru) - URL: <https://uchi.ru>
3. Российская электронная школа <https://resh.edu.ru/>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 24438674701072522929639502507616754539611100015

Владелец Пермикина Дарья Евгеньевна

Действителен с 15.01.2024 по 14.01.2025