

Министерство образования и молодежной политики Свердловской области
Управление образования Артемовского городского округа
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 9»
Уральское ГУ банка России г. Екатеринбург
Свердловская область, Артемовский район, п. Буланаш, ул. Комсомольская, 21, тел. 5-52-50,
e-mail:schola9@yandex.ru

Приложение к основной
образовательной программе
основного общего образования
(в ред. от 31.08.2021)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета
**«Культура безопасности
жизнедеятельности»**
основное общее образование
(5-7 класс)

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Культура безопасности жизнедеятельности»

Личностные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования должны отражать:

1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования должны отражать:

1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее

решения;

5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

8) смысловое чтение;

9) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;

11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ - компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами; (в ред. Приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 N 1644)

12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

Предметные результаты освоения учебного предмета:

1) формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

2) формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;

3) понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

4) понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;

5) понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества;

6) формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

7) формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;

8) понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;

9) знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствий для личности, общества и государства;

10) знание и умение применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

11) умение оказать первую помощь пострадавшим;

12) умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;

13) умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

14) овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

В результате изучения курса «Культура безопасности жизнедеятельности»

Выпускник научится:

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства, правила поведения на транспорте (наземном, в том числе железнодорожном, воздушном и водном);
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;

- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья;
- планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

Выпускник получит возможность научиться:

- безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- готовиться к туристическим поездкам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять права покупателя;
- анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;
- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;
- оказывать первую помощь при коме;
- оказывать первую помощь при поражении электрическим током;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

2. Содержание учебного предмета

5 класс

Введение

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».

Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя

Особенности организма человека. Организм человека как единое целое. Особенности подросткового возраста. Функции разных систем органов тела. Почему нужно знать свой организм. Укрепление нервной системы, тренировка сердца, дыхательной системы. Принципы рационального питания. Первая помощь при отравлении и пищевой аллергии. Здоровье органов чувств. Охрана органов чувств. Первая помощь при попадании в глаз инородного тела. Как вести здоровый образ. Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье. Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши). Движение — это жизнь. Комплекс упражнений и игры для поддержания

двигательной активности. Закаливание как условие сохранения и укрепления здоровья. Правила закаливания младшего подростка. Компьютер и здоровье. Правила безопасного пользования компьютером. Профилактика переутомления.

Безопасный дом

Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры и мытья посуды. Животные и насекомые, распространяющие инфекцию (мыши, тараканы, клопы). Техника безопасности в доме. Первая помощь при ушибах, отравлении химическими веществами (парами клея, краски, газом) и поражении электрическим током.

Школьная жизнь

Дорожная безопасность. Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения. Выбор пути: безопасная дорога в школу. Дорожное движение в населённом пункте и за городом. Безопасная дорога. Выбор безопасного пути в школу. Правила поведения на дорогах и улицах. Оценка пешеходом дорожной ситуации. «Дорожные ловушки» — способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций. Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира в разных видах транспорта (автомобильный транспорт, метро, железнодорожный транспорт).

Правила поведения в школе. Общие правила поведения в школьном помещении и во дворе школы (поведение на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой). Может ли общение привести к беде.

Первая помощь при сотрясении мозга, ушибах. Первая помощь при кровотечении. Помощь заболевшему ребёнку.

Поражающие факторы пожара. Меры предупреждения пожаров. Правила эвакуации при пожаре. Ориентирование в школьных помещениях.

Проектная деятельность по темам: «Развиваем дыхательную систему»; «Здоровье органов чувств».

6 класс

Дорожная безопасность

Правила дорожного движения для пешеходов. Выбор безопасного пути в школу. Правила езды на велосипеде, на роликовых коньках. Экипировка. Передвижение. Место занятий.

На игровой площадке

Подготовка к прогулке. Необходимость правильной подготовки к прогулке для устранения причин неприятных последствий. Выбор одежды и обуви с учётом времени года, состояния погоды, предполагаемых занятий и игр на прогулке.

Как вести себя на игровой площадке. Причины возникновения рискованных и опасных ситуаций во время прогулки. Меры безопасного использования качелей, игрового оборудования и сооружений на площадке. Предусмотрительность и осторожность во время игр. Правила проведения спортивных игр (футбол, волейбол, хоккей и др.) при небольших размерах игровой площадки и близости дороги или шоссе. Зимние игры. Безопасность катания на санках-ледянках.

Учимся оказывать первую помощь. Первая помощь при переломах и вывихах.

Собака не всегда друг. Животные на игровой площадке. Особенности поведения собаки в зависимости от настроения, ожидания опасности, отношения к человеку. Правила поведения при встрече с собакой, находящейся без хозяина.

На природе

Характеристика основных видов экстремальных ситуаций в природе и их причины.

Понятие о факторах выживания. Стрессоры выживания в природных условиях и их влияние на организм человека. Способы преодоления стрессоров выживания и стрессового состояния.

Умеете ли вы ориентироваться. Ориентирование на местности. Что такое ориентир. Ориентирование по компасу, солнцу и часам, Полярной звезде, местным признакам. Измерение расстояния на местности. Действия при потере ориентировки.

Природа полна неожиданностей

Правила поведения во время прогулок на природе. Характеристика опасностей, которые могут встретиться во время прогулок на природе. Общие правила поведения во время экскурсий в природу. Опасные встречи (звери, насекомые, змеи). Первая помощь при укусах насекомых. Первая помощь при укусе змеи.

Вода таит опасности. Правила поведения на водоёмах. Выбор и оценка места для купания. Первая помощь при судорогах, солнечном ударе, утоплении. Оценка состояния льда для передвижения по нему в осеннее, зимнее и весеннее время. Переправа через водные преграды.

Безопасность в чрезвычайных ситуациях

Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников. Личная безопасность при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве).

Туристический поход: радость без неприятностей

Что такое туристский поход. Какие бывают туристские походы? Правила организации безопасного туристского похода. Подготовка к походу: подбор личного и группового снаряжения, продуктов. Одежда и обувь для похода, требования к ним. Правила упаковки рюкзака. Индивидуальная подгонка (регулировка) рюкзака. Спальный мешок. Подготовка аптечки для похода. Подбор лекарственных средств, инструментов и материалов для оказания первой помощи. Лесная аптека. Режим дня в туристском походе. Правила организации сна, отдыха, передвижения. Организация питания в походе. Правила, обеспечивающие безопасность питания в условиях похода. Походная еда.

7 класс

Здоровый образ жизни. Что это?

Здоровье и здоровый образ жизни. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Физическое здоровье человека. Физическая культура и здоровье. Условия физического здоровья. Значение физической культуры для здоровья человека. Закаливание и гигиена. Закаливание как способ тренировки организма. Виды и принципы закаливания. Значение и правила гигиены. Правильное питание. Правила рационального питания, соблюдение которых позволяет поддерживать здоровье. Белки — строительный материал для организма; углеводы и жиры — источник энергии для организма. Проблемы экологии питания. Влияние состояния окружающей среды на продукты питания и здоровье человека. Психическое и эмоциональное здоровье человека, условия его сохранения. Психическое здоровье - эмоциональное благополучие человека. Воздействие шумов на организм человека. Социальное здоровье человека. Социальная среда - обязательное условие развития человека. Отношения с окружающими людьми — показатель социального здоровья человека. Общение — ценная деятельность человека. Учение — социально важная деятельность, обеспечивающая прогресс общества. Репродуктивное здоровье подростка и его охрана. Репродуктивное здоровье. Половое созревание - особенность подросткового и юношеского возраста. Подготовка организма к деторождению. Особенности подросткового возраста.

Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни

Как себя вести при пожаре. Пожар — чрезвычайная ситуация. Причины пожаров и последствия. Поражающие факторы пожара. Правила пользования пиротехникой. Виды пиротехнических изделий. Требования к изделиям. Эвакуации из горящего здания. Организация эвакуации из горящего здания. Правила безопасного поведения. Средства пожаротушения. Виды. Правила применения огнетушителя. Первая помощь при ожогах. Степени ожогов и их признаки. Алгоритм действий.

Чрезвычайные ситуации в быту. Залив жилища. Причины залива помещений. Правила поведения при заливах. Опасное электричество. Электричество может быть опасным. Правила пользования электроприборами. Оценка обстановки при электро травмах, первая помощь. Утечка газа. Правила пользования газовыми приборами. Действия при появления запаха газа в квартире. Правила безопасности при пользовании бытовой химией. Предназначение. Первая помощь при отравлении ядохимикатами.

Разумная предосторожность. Досуг в городе. Опасные места. Выбор места для отдыха. Как вести себя на улице. Правила безопасного поведения на улице. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Действия, снижающие риск нападения. Вам звонят в дверь. Правила безопасного поведения в квартире, в доме. Правила поведения при нападении. Подручные средства самообороны.

Опасные игры. Опасности, которые скрывает карьер. Причины несчастных случаев. Неразорвавшиеся боеприпасы. Правила безопасного поведения при обнаружении

неразорвавшегося боеприпаса или другого взрывного устройства. Экстрим в игре и спорте. Необдуманные риски. Меры предосторожности. Первая помощь при переломах. Виды переломов и их признаки. Имобилизация. Транспортировка пострадавших.

Дорожная безопасность. Культура дорожного движения. Общественный транспорт. Правила поведения на транспорте, ответственность за их нарушения. Правила дорожного движения для велосипедистов и мopedистов. Назначение ТС. Требования к ТС. ПДД.

3. Тематическое планирование

5 класс

№ п/п	Тема	Содержание образования	Кол-во часов
<i>Школьная жизнь</i>			<i>12</i>
1	Введение. Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения.	Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Обеспечение безопасности участников дорожного движения. Общие понятия.	1
2	Правила безопасности пешеходов.	Дорожное движение в населённом пункте и за городом.	1
3	Безопасная дорога в школу.	Выбор безопасного пути в школу.	1
4	Дорожные ловушки.	Оценка пешеходом дорожной ситуации. «Дорожные ловушки» — способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций.	1
5	Дорожные ловушки.	Оценка пешеходом дорожной ситуации. «Дорожные ловушки» — способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций.	1
6	Школьник как пассажир.	Правила поведения пассажира в разных видах транспорта (автомобильный транспорт, метро, железнодорожный транспорт).	1
7	Школьник как пассажир.	Правила поведения пассажира в разных видах транспорта (автомобильный транспорт, метро, железнодорожный транспорт).	1
8	Правила поведения в школе.	Общие правила поведения в школьном помещении и во дворе школы (поведение на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой).	1
9	Правила поведения в школе.	Может ли общение привести к беде. Первая помощь при сотрясении мозга, ушибах.	1
10	Правила поведения в школе.	Может ли общение привести к беде. Первая помощь при кровотечении. Помощь заболевшему ребёнку.	1
11	Если в школе пожар.	Поражающие факторы пожара. Ориентирование в школьных помещениях.	1
12	Действия при пожаре.	Практическое занятие. Правила эвакуации при пожаре.	1

<i>Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя</i>			14
13	Особенности организма человека.	Организм человека как единое целое. Особенности подросткового возраста.	1
14	За что «отвечают» системы органов.	Функции разных систем органов тела. Почему нужно знать свой организм.	1
15	Укрепляем нервную систему.	Строение нервной системы человека. Что «любит» и «не любит» нервная система.	1
16	Тренируем сердце.	Что такое сердце? Какова его роль в жизнедеятельности организма.	1
17	Развиваем дыхательную систему.	Дыхательные упражнения, развивающие дыхательную систему.	1
18	Проектная деятельность.	Исследовательская деятельность по теме: «Влияние физических упражнений на объем легких человека».	1
19	Питаемся правильно.	Принципы рационального питания. Первая помощь при отравлении и пищевой аллергии.	1
20	Здоровье органов чувств.	Охрана органов чувств. Первая помощь при попадании в глаз инородного тела.	1
21	Проектная деятельность.	Исследовательская деятельность по теме: «Слух человека и животных. Сравнительная характеристика».	1
22	Здоровый образ жизни.	Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье.	1
23	Чистота – залог здоровья.	Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши).	1
24	Движение – это жизнь.	Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.	1
25	Закаливание.	Правила закаливания младшего подростка.	1
26	Компьютер и здоровье.	Правила безопасного пользования компьютером. Профилактика переутомления.	1
<i>Мой безопасный дом</i>			4
27	Наводим в доме чистоту.	Животные и насекомые, распространяющие инфекцию (мыши, тараканы, клопы). Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила квартиры и мытья посуды.	1
28	Техника безопасности в доме.	Правила безопасного поведения при пользовании бытовых предметов. Первая помощь при ушибах, отравлении химическими веществами (парами клея, краски).	1

29	Техника безопасности в доме.	Правила безопасного поведения при пользовании электроприборов. Первая помощь при поражении электрическим током.	1
30	Техника безопасности в доме.	Правила безопасного поведения при пользовании газа. Первая помощь при поражении бытовым газом.	1
31	Промежуточная аттестация (тест).		1
32	Повторение темы «Правила безопасности пешеходов».	Дорожное движение в населённом пункте и за городом.	1
33	Повторение темы «Действия при пожаре».	Правила эвакуации при пожаре.	1
34	Повторение темы «Техника безопасности в доме».	Правила безопасного поведения при пользовании электроприборов, газа.	1
	Итого		34

6

класс

№	Тема	Содержание образования	Кол-во часов
<i>Дорожная безопасность</i>			1
1	Безопасное поведение пешеходов.	Правила дорожного движения для пешеходов. Выбор безопасного пути в школу.	1
<i>На игровой площадке</i>			6
2	Подготовка к прогулке.	Необходимость правильной подготовки к прогулке для устранения причин неприятных последствий. Выбор одежды и обуви с учётом времени года, состояния погоды, предполагаемых занятий и игр на прогулке.	1
3	Как вести себя на игровой площадке.	Причины возникновения рискованных и опасных ситуаций во время прогулки. Меры безопасного использования качелей, игрового оборудования и сооружений на площадке. Предусмотрительность и осторожность во время игр. Правила проведения спортивных игр (футбол, волейбол, хоккей и др.) при небольших размерах игровой площадки и близости дороги или шоссе.	1
4	Зимние игры.	Безопасность катания на санках-ледянках.	1
5	Учимся оказывать первую помощь.	Первая помощь при переломах и вывихах.	1
6	Учимся оказывать первую помощь.	Первая помощь при переломах и вывихах.	1

7	Собака не всегда друг.	Животные на игровой площадке. Особенности поведения собаки в зависимости от настроения, ожидания опасности, отношения к человеку. Правила поведения при встрече с собакой, находящейся без хозяина.	1
<i>На природе</i>			8
8	Основные виды экстремальных ситуаций в природе и их причины.	Характеристика основных видов экстремальных ситуаций в природе и их причины.	1
9	Факторы и стрессоры выживания в природных условиях.	Понятие о факторах выживания. Стрессоры выживания в природных условиях и их влияние на организм человека. Способы преодоления стрессоров выживания и стрессового состояния.	1
10	Ориентирование.	Что такое ориентирование. Способы ориентирования.	1
11	Ориентирование по компасу.	Что такое компас? Понятие азимута. Определение сторон света по компасу.	1
12	Ориентирование без компаса.	Определение сторон света по солнцу, часам, полярной звезде, по местным признакам.	1
13	Измерение расстояния на местности.	Способы измерения расстояния на местности.	1
14	Если вы заблудились в лесу.	Действия при потере ориентировки.	1
15	Если вы заблудились в лесу.	Действия при потере ориентировки.	1
<i>Природа полна неожиданностей</i>			5
16	Правила поведения во время прогулок на природе.	Почему иногда возникают опасные ситуации на природе и какие? Общие правила поведения во время прогулок на природе.	1
17	Опасные встречи. Первая помощь при укусах насекомых.	Опасные встречи (звери, насекомые, змеи). Первая помощь при укусах насекомых.	1
18	Первая помощь при укусе змеи.	Первая помощь при укусе змеи.	1
19	Безопасность на водоеме в зимний и весенний период.	Водоемы. Причины несчастных случаев на водоемах. Правила поведения на водоёмах. Выбор и оценка места для купания. Первая помощь пострадавшему.	1
20	Безопасность на водоеме в летний период.	Правила поведения на водоёмах. Выбор и оценка места для купания. Первая помощь при судорогах, солнечном ударе, утоплении.	1
<i>Безопасность в чрезвычайных ситуациях</i>			2
21	Захват террористами воздушных и морских судов, других ТС.	Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников.	1
22	Взрыв в местах массового скопления людей.	Личная безопасность при обнаружении неизвестного	1

		предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве).	
Туристический поход: радость без неприятностей			6
23	Перед походом.	Что такое туристский поход. Какие бывают туристские походы? Правила организации безопасного туристского похода.	1
24	Походное снаряжение. Требования к одежде и обуви.	Подготовка к походу: подбор личного и группового снаряжения, продуктов. Одежда и обувь для похода, требования к ним. Правила упаковки рюкзака. Индивидуальная подгонка (регулировка) рюкзака. Спальный мешок.	1
25	Походная аптечка.	Подготовка аптечки для похода. Подбор лекарственных средств, инструментов и материалов для оказания первой помощи. Лесная аптека.	1
26	Режим дня в многодневном туристском походе.	Режим дня в туристском походе. Правила организации сна, отдыха, передвижения.	1
27	Походная еда.	Организация питания в походе. Правила, обеспечивающие безопасность питания в условиях похода.	1
28	Походная еда.	Походная еда.	1
Дорожная безопасность			2
29	Правила езды на велосипеде.	Экипировка. Передвижение. Место занятий.	1
30	Правила безопасного катания на роликовых коньках.	Экипировка. Передвижение. Место занятий.	1
31	Промежуточная аттестация (тест).		1
32	Повторение темы «Как вести себя на игровой площадке».	Предусмотрительность и осторожность во время игр. Правила проведения спортивных игр (футбол, волейбол, хоккей и др.) при небольших размерах игровой площадки и близости дороги или шоссе.	1
33	Повторение темы «Правила поведения во время прогулок на природе».	Общие правила поведения во время прогулок на природе.	1
34	Повторение темы «Безопасность на водоеме в летний период».	Правила поведения на водоёмах. Первая помощь при судорогах, солнечном ударе, утоплении.	1
	Итого		34

	Темы	Содержание образования	Кол-во часов
Здоровый образ жизни. Что это?			8
1	Здоровье и здоровый образ жизни.	Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни.	1
2	Физическое здоровье человека. Физическая культура и здоровье.	Условия физического здоровья. Значение физической культуры для здоровья человека.	1
3	Закаливание и гигиена.	Закаливание как способ тренировки организма. Виды и принципы закаливания. Значение и правила гигиены.	
4	Правильное питание.	Правила рационального питания, соблюдение которых позволяет поддерживать здоровье. Белки — строительный материал для организма; углеводы и жиры — источник энергии для организма.	1
	Проблемы экологии питания.	Влияние состояния окружающей среды на продукты питания и здоровье человека.	
5	Психическое и эмоциональное здоровье человека, условия его сохранения.	Психическое здоровье - эмоциональное благополучие человека. Воздействие шумов на организм человека.	1
6	Социальное здоровье человека.	Социальная среда - обязательное условие развития человека. Отношения с окружающими людьми — показатель социального здоровья человека. Общение — ценная деятельность человека. Учение — социально важная деятельность, обеспечивающая прогресс общества.	1
7	Репродуктивное здоровье подростка и его охрана.	Репродуктивное здоровье. Половое созревание - особенность подросткового и юношеского возраста. Подготовка организма к деторождению. Особенности подросткового возраста.	1
8	Контрольный тест по теме «Здоровый образ жизни».		1
Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни			22
Как себя вести при пожаре			6
9	Пожар — чрезвычайная ситуация.	Причины пожаров и последствия. Поражающие факторы пожара.	1
10	Правила пользования пиротехникой.	Виды пиротехнических изделий. Требования к изделиям.	1
11	Эвакуации из горящего здания.	Организация эвакуации из горящего здания. Правила безопасного поведения.	1

12	Средства пожаротушения.	Виды. Правила применения огнетушителя.	1
13	Первая помощь при ожогах.	Степени ожогов и их признаки. Алгоритм действий.	1
14	Обобщение пройденного материала «Как себя вести при пожаре».		
Чрезвычайные ситуации в быту			5
15	Залив жилища.	Причины залива помещений. Правила поведения при заливах.	1
16	Опасное электричество.	Электричество может быть опасным. Правила пользования электроприборами. Оценка обстановки при электро травмах, первая помощь.	1
17	Утечка газа.	Правила пользования газовыми приборами. Действия при появления запаха газа в квартире.	1
18	Правила безопасности при пользовании бытовой химией.	Предназначение. Первая помощь при отравлении ядохимикатами.	1
19	Обобщение пройденного материала «Чрезвычайные ситуации в быту».		
Разумная предосторожность			5
20	Досуг в городе.	Опасные места. Выбор места для отдыха.	1
21	Как вести себя на улице.	Правила безопасного поведения на улице.	1
22	Меры предосторожности в лифте и на лестнице.	Действия, снижающие риск нападения.	1
23	Вам звонят в дверь.	Правила безопасного поведения в квартире, в доме.	1
24	Правила поведения при нападении.	Подручные средства самообороны.	1
Опасные игры			4
25	Опасности, которые скрывает карьер.	Причины несчастных случаев.	1
26	Неразорвавшиеся боеприпасы.	Правила безопасного поведения при обнаружении неразорвавшегося боеприпаса или другого взрывного устройства.	1
27	Экстрим в игре и спорте.	Необдуманные риски. Меры предосторожности.	1
28	Первая помощь при переломах.	Виды переломов и их признаки. Имобилизация. Транспортировка пострадавших.	1
Дорожная безопасность			2
29	Культура дорожного движения. Общественный транспорт.	Правила поведения на транспорте, ответственность за их нарушения.	1
30	Правила дорожного движения для велосипедистов и мопедистов.	Назначение ТС. Требования к ТС. ПДД.	1
31	Промежуточная аттестация (тест).		1
32	Повторение. Закаливание.	Закаливание как способ тренировки организма. Виды и принципы закаливания.	1

33	Повторение. Чрезвычайные ситуации в быту.	Правила безопасного поведения в квартире, в доме.	1
34	Повторение. Как вести себя на улице.	Правила безопасного поведения на улице.	1
	Итого		34

С учетом рабочей программы воспитания МАОУ «СОШ№1» (модуль «Школьный урок») воспитательный потенциал урока реализуется через:

- **установление** доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;

- **побуждение** школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;

- **привлечение** внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;

- **использование** воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;

- **применение** на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми;

- **включение** в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;

- **организация** шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;

- **инициирование и поддержка** исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

Выбор тех или иных форм и способов воспитательной работы на уроке учитель определяет самостоятельно в соответствии с целями и задачами урока.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 271411072378297607574550010152147481663639968998

Владелец Ларионова Анна Александровна

Действителен с 07.02.2023 по 07.02.2024