

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Министерство образования и науки Республики Коми  
Управление образования администрации муниципального образования «Усинск» Республики Коми  
«Усинск» кар кытшын муниципальной юкбилён администрацияса йёзёс велёдёмён веськёдланён  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «Средняя общеобразовательная школа № 4  
с углубленным изучением отдельных предметов» г. Усинска  
(МБОУ «СОШ № 4 с углубленным изучением отдельных предметов» г. Усинска)  
«Откымын предмет пьдисянь велёдан 4 №-а шёр школа» Усинск к.  
муниципальной велёдан съёмкуд учреждение

---

РАССМОТРЕНО

на заседании НМК

Протокол № 1 от 29.08.2023 г.

Рабочая программа  
учебного курса  
**«Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ)**  
для обучающихся 5 классов

Составитель  
Волков А. И.

Усинск 2023 г

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по ОБЖ на уровне основного общего образования подготовлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Приказ Минпросвещения России от 31.05.2021 г. № 287, зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 05.07.2021 г., № 64101) (далее — ФГОС ООО), Концепция преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы (Утверждена Решением Коллегии Минпросвещения России, протокол от 24 декабря 2018 г. № ПК-1вн), Федеральной программы воспитания, Федеральной рабочей программы по учебному предмету «ОБЖ»

### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» представляет собой междисциплинарную область знаний, которая рассматривает различные сферы жизнедеятельности человека, способы взаимодействия личности, общества и государства в целях сохранения жизни и здоровья человека..

В настоящее время вопросы обеспечения безопасности стали одной из насущных потребностей каждого человека, общества и государства.

Анализ трагических последствий различных опасных и чрезвычайных ситуаций показывает, что более чем в 80% случаев причиной гибели людей является «человеческий фактор». Трагедия чаще всего происходит из-за несоблюдения человеком комплекса мер безопасности в различных жизненных ситуациях, в том числе и при угрозе совершения террористического акта, пренебрежение к соблюдению норм здорового образа жизни и установленных норм безопасного поведения в повседневной жизни (безопасность на дорогах, пожарная безопасность, безопасность в быту и др.).

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначен для воспитания личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества.

Программа разработана с учетом комплексного подхода к формированию у учащихся современного уровня культуры безопасности и позволяет:

- последовательно и логически взаимосвязано структурировать тематику курса ОБЖ;
- эффективно использовать межпредметные связи;
- обеспечить непрерывность образования и более тесную преемственность процессов обучения;
- повышать эффективность процесса формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности с учетом возрастных особенностей и уровня подготовки по другим учебным дисциплинам, а также с учетом особенностей обстановки в регионе в области безопасности при разработке региональных учебных программ.

При разработке программы принималась во внимание специфика содержания курса «Основы безопасности жизнедеятельности», которая заключается в следующем:

- учет основных закономерностей развития теории безопасности;
- интегративность (курс ОБЖ охватывает многие сферы человеческой деятельности и является результатом взаимодействия разнообразных систем, направленных на сохранение жизни человека и окружающей среды);
- направленность на формирование у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства.

## ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Цель изучения учебного предмета ОБЖ на уровне основного общего образования:

— научить подростков предвидеть опасность, по возможности ее избегать, при необходимости действовать со знанием дела;

— сформировать у них культуру безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:

— формирование активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного безопасного поведения в интересах безопасности личности, общества и государства;

— знание и понимание роли государства и общества в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОБЖ» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ МБОУ «СОШ №4 с углубленным изучением отдельных предметов» г. Усинска.

В целях мягкой профилизации учебный курс «ОБЖ» проводится течение одной четверти в каждом из 5 классов, рассчитан на 8 часов.

## СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО КУРСА «ОБЖ»

### *МОДУЛЬ № 1 «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ»*

Понятия «безопасность», «безопасность жизнедеятельности». Правила безопасности жизни. Система государственной защиты в области безопасности.

Структура единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Силы и средства РСЧС.

### *МОДУЛЬ № 2 «ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ»*

Понятия «здоровье», «здоровый образ жизни». Физическое здоровье.

Режим дня. Отдых. Сон. Близорукость и дальнозоркость. Малоподвижный образ жизни. Двигательная активность. Закаливание и закаливающие процедуры. Питание. Вода, белки, витамины, жиры, минеральные вещества, углеводы. Определение понятия «гигиена». Уход за зубами. Уход за кожей. Выбор одежды по сезону. Правила гигиены на каждый день.

Факторы, способствующие сбережению здоровья (правильное питание, закаливание организма).

Факторы, разрушающие здоровье (долгое сидение за компьютером, избыточный вес).

### *МОДУЛЬ № 3 «БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТРАНСПОРТЕ»*

Общественный транспорт и правила для его пассажиров. Школьный автобус и правила пользования им. Правила для пассажиров трамваев, троллейбусов, автобусов, метрополитена.

Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Пешеходные переходы (регулируемые и нерегулируемые). Пешеходная, велопешеходная и велосипедная дорожки. Дорожные знаки (восемь групп). Транспортные и пешеходные светофоры. Сигналы светофоров. Сигналы регулировщика. Движение пешеходов в городе и по загородным дорогам.

Безопасность на авиационном и водном транспорте. Правила поведения при возникновении аварийной ситуации в самолете. Безопасность пассажиров морских и речных судов. Безопасность в метрополитене.

### *МОДУЛЬ № 4 «БЕЗОПАСНОСТЬ В БЫТУ»*

Особенности сельских поселений. Особенности городов как среды обитания (смог, переработка и хранение бытовых отходов, шум и другие проблемы).

Правила вызова экстренных служб. Единый номер 112. Источники опасности в современном жилище. Бытовой газ — источник повышенной опасности. Гигиена жилища.

Основные правила безопасности в подъезде и лифте. Основные правила безопасного поведения на игровой площадке.

Меры предосторожности при использовании электроприборов.

Пользование водопроводом, канализацией и мусоропроводом. Правила поведения при пожаре в квартире. Пожар на кухне, на балконе. Меры предосторожности при работе с печью.

Основные причины пожара в общественных зданиях. Основные поражающие факторы пожара. Как вести себя при пожаре в общественном месте.

### *МОДУЛЬ № 5 «БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ»*

Понятие «криминогенная ситуация». Разновидности преступлений. Правила

безопасного поведения на улице, в образовательной организации, дома. Криминальные угрозы, как их избежать.

Методы снижения влияния стресса на поведение и общее состояние человека.

Как избежать конфликтной ситуации. Признаки агрессивного поведения у подростков.

#### *МОДУЛЬ № 6 «ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ»*

Захват в заложники. Правила поведения при захвате самолета террористами. Обеспечение безопасности при перестрелке.

#### *МОДУЛЬ № 7 «БЕЗОПАСНОСТЬ В ИНФОРМАЦИОННОМ ПРОСТРАНСТВЕ»*

Основные источники информации.

Понятия «информационная среда», «информационная безопасность». Понятие «киберзависимость». Правила безопасности для защиты от информационных угроз и опасностей.

Информационная безопасность детей. Угроза информационной безопасности. Основные правила поведения в социальных сетях.

#### *МОДУЛЬ № 8 «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ»*

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.

Виды кровотечения. Способы временной остановки наружного кровотечения. Оказание первой помощи при носовом кровотечении.

Способы транспортировки пострадавшего.

Народные средства для остановки кровотечения.

#### *МОДУЛЬ № 9 «БЕЗОПАСНОСТЬ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ»*

Безопасность на улице. Как обеспечить свою безопасность в квартире. Безопасность на уроках и переменах. Безопасность на практических занятиях.

#### *МОДУЛЬ № 10 «ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА В ОБЕСПЕЧЕНИИ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ»*

Средства индивидуальной защиты населения от АХОВ.

#### *МОДУЛЬ № 11 «ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ»*

Загрязнение атмосферы. Загрязнение почв. Загрязнение вод. Типовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания.

Безопасное поведение в местах с загрязненной атмосферой. Безопасное поведение в местах с загрязненной водой. Безопасное поведение в местах с загрязненной почвой.

### **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Настоящая Программа четко ориентирована на выполнение требований, устанавливаемых ФГОС к результатам освоения основной образовательной программы (личностные, метапредметные и предметные), которые должны демонстрировать обучающиеся по завершении обучения в основной школе.

**Личностные результаты** достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами

поведения. Способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности и проявляются в индивидуальных социальнозначимых качествах, которые выражаются прежде всего в готовности обучающихся к саморазвитию, самостоятельности, инициативе и личностному самоопределению; осмысленному ведению здорового и безопасного образа жизни и соблюдению правил экологического поведения; к целенаправленной социальнозначимой деятельности; принятию внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, к окружающим людям и к жизни в целом.

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на ее основе.

#### *1. Патриотическое воспитание:*

- осознание российской гражданской идентичности в поли-культурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России;

- ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа;

- уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране.

#### *2. Гражданское воспитание:*

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей;

- активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны;

- неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека;

- представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе;

- представление о способах противодействия коррупции; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении;

- готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней).

#### *3. Духовно-нравственное воспитание:*

- ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора;

- готовность оценивать свое поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства.

#### *4. Эстетическое воспитание:*

- формирование гармоничной личности, формирование способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни;

- понимание взаимозависимости счастливого юношества и безопасного личного поведения в повседневной жизни.

#### *5. Ценности научного познания:*

- ориентация в деятельности на современную систему научных

представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой;

- овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира;
- овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия.

**б. Физическое воспитание:**

- формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия;
- осознание ценности жизни;
- ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность);

- осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде;

- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

- умение принимать себя и других, не осуждая;

- умение осознавать свое эмоциональное состояние и эмоциональное состояние других людей, умение управлять собственным эмоциональным состоянием;

- сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

**7. Трудовое воспитание:**

- установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность;

- интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания;

- осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого;

- готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей.

**8. Экологическое воспитание:**

- ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды;

- повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения;

- активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде;

- осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности экологической направленности.

Метапредметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся межпредметных понятий (используются результаты освоения программы основного общего образования) и должны отражать овладение универсальными учебными познавательными действиями.

### **Базовые логические действия:**

- выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);
- устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;
- с учетом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях; предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;
- выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;
- выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов; делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;
- самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учетом самостоятельно выделенных критериев).

### **Базовые исследовательские действия:**

- использовать вопросы как исследовательский инструмент познания;
- формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта, самостоятельно устанавливать искомое и данное;
- формировать гипотезу об истинности собственных суждений и суждений других, аргументировать свою позицию, мнение;
- проводить по самостоятельно составленному плану опыт, несложный эксперимент, небольшое исследование по установлению особенностей объекта изучения, причинно-следственных связей и зависимостей объектов между собой;
- оценивать применимость и достоверность информации, полученной в ходе исследования (эксперимента);
- самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведенного наблюдения, опыта, исследования, владеть инструментами оценки достоверности полученных выводов и обобщений;
- прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, а также выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

### **Работа с информацией:**

- применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учетом предложенной учебной задачи и заданных критериев;
- выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;
- находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;
- самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;
- оценивать надежность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;



- эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Овладение системой универсальных учебных познавательных действий обеспечивает сформированность когнитивных навыков у обучающихся.

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями.

#### **Общение:**

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения;
- выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;
- распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;
- понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;
- в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения;
- сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;
- публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта);
- самостоятельно выбирать формат выступления с учетом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов.

#### **Совместная деятельность:**

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи;
- принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы; уметь обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;
- планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнений, «мозговые штурмы» и иные);
- выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды;
- оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия; сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к представлению отчета перед группой.

Овладение системой универсальных учебных коммуникативных действий обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями.

#### **Самоорганизация:**

- выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях;
- ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);

- самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной задачи с учетом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;
- составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учетом получения новых знаний об изучаемом объекте;
- делать выбор и принимать ответственность за решение.

#### **Самоконтроль:**

- владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;
- давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения;
- учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;
- объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;
- вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;
- оценивать соответствие результата цели и условиям.

#### **Эмоциональный интеллект:**

- различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других;
- выявлять и анализировать причины эмоций;
- ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого;
- регулировать способ выражения эмоций.

#### **Принятие себя и других:**

- осознанно относиться к другому человеку, его мнению;
- признавать свое право на ошибку и такое же право другого; принимать себя и других, неосуждая;
- открытость для себя и других;
- осознавать невозможность контролировать все вокруг.

**Предметные результаты** характеризуют сформированность у обучающихся основ культуры безопасности жизнедеятельности и проявляются в способности построения и следования модели индивидуального безопасного поведения и опыте ее применения в повседневной жизни.

Приобретаемый опыт проявляется в понимании существующих проблем безопасности и усвоении обучающимися минимума основных ключевых понятий, которые в дальнейшем будут использоваться без дополнительных разъяснений, в приобретении систематизированных знаний основ комплексной безопасности личности, общества и государства, индивидуальной системы здорового образа жизни, антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, овладении базовыми медицинскими знаниями и практическим и умениями безопасного поведения в повседневной жизни.

Предметные результаты по предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» должны обеспечивать:

1. сформированность культуры безопасности жизнедеятельности на основе освоенных знаний и умений, системного и комплексного понимания

значимости безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций для личности, общества и государства;

2. сформированность социально ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключающего употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесения иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;

3. сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства;

4. понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств;

5. сформированность чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга—защите Отечества;

6. знание и понимание роли государства и общества в решении задачи обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального (в том числе террористического) характера;

7. понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространенных видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды);

8. овладение знаниями и умениями применять меры и средства индивидуальной защиты, приемы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

9. освоение основ медицинских знаний и владение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях;

10. умение оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учетом реальных условий и возможностей;

11. освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания;

12. овладение знаниями и умениями предупреждать опасные и чрезвычайные ситуации во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды).

Предлагается распределение предметных результатов, формируемых в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, сгруппировать по учебным модулям.

## 5 класс

### МОДУЛЬ № 1. «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ»:

- формировать культуру безопасности жизнедеятельности на основе освоенных знаний и умений, понимать значимость безопасного поведения в условиях

опасных и чрезвычайных ситуаций.

#### МОДУЛЬ №2. «ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ»:

- раскрывать понятия здоровья, здорового образа жизни;
- объяснять факторы, негативно влияющие на здоровье;
- соблюдать правила личной гигиены;
- раскрывать понятия заболеваний, зависящих от образа жизни (физических нагрузок, режима труда и отдыха, питания, психического здоровья и психологического благополучия).

#### МОДУЛЬ № 3. «БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТРАНСПОРТЕ»:

- классифицировать виды опасностей на транспорте (наземный, подземный, железнодорожный, водный, воздушный);
- соблюдать правила дорожного движения, установленные для пешехода, пассажира, водителя велосипеда и иных средств передвижения.

#### МОДУЛЬ № 4. «БЕЗОПАСНОСТЬ В БЫТУ»:

- объяснять особенности жизнеобеспечения жилища;
- классифицировать источники опасности в быту (пожароопасные предметы, электроприборы, газовое оборудование, бытовая химия, медикаменты);
- знать права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности;
- соблюдать правила безопасного поведения, позволяющие предупредить возникновение опасных ситуаций в быту;
- знать о правилах вызова экстренных служб и ответственности за ложные сообщения;
- безопасно действовать при возникновении аварийных ситуаций техногенного происхождения в коммунальных системах жизнеобеспечения (водо- и газоснабжение, канализация, электроэнергетические и тепловые сети);
- безопасно действовать при пожаре в жилых и общественных зданиях, в том числе правильно использовать первичные средства пожаротушения.

#### МОДУЛЬ № 5. «БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ»:

- овладеть правилами безопасного поведения при встрече с преступной

средой;

- овладеть знаниями и умениями применять меры и средства индивидуальной защиты, приемы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- уметь избегать конфликтных ситуаций.

МОДУЛЬ № 6. «ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ»:

- объяснять понятия «экстремизм» и «терроризм»;
- безопасно действовать в условиях совершения террористического акта, в том числе при захвате и освобождении заложников.

МОДУЛЬ № 7. «БЕЗОПАСНОСТЬ В ИНФОРМАЦИОННОМ ПРОСТРАНСТВЕ»:

- овладеть понятиями информационной среды, киберзависимости;
- владеть правилами безопасности от информационных угроз.

МОДУЛЬ № 8. «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ»:

- освоить основы медицинских знаний и овладеть умениями оказывать первую помощь пострадавшим при наружных кровотечениях.

МОДУЛЬ № 9. «БЕЗОПАСНОСТЬ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ»:

- овладеть знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций во время пребывания на улице, в общественном транспорте.

МОДУЛЬ № 10. «ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА В ОБЕСПЕЧЕНИИ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ»:

- владеть способами безопасного поведения во время аварий, взрывов и других чрезвычайных ситуациях.

МОДУЛЬ № 11. «ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ»:

- знать источники загрязнения окружающей среды;
- знать правила безопасного поведения в зараженной местности.





**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С ВОЗМОЖНОСТЯМИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ЭЛЕКТРОННЫХ (ЦИФРОВЫХ) ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕСУРСОВ, С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ**

**5 класс**

№ п/п	Наименование разделов и тем программ	Количество часов	Контрольные работы	ЭОР
<b>МОДУЛЬ № 1 «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ» -1 час</b>				
1	Введение. Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».	0,5		<a href="https://clck.ru/rE4ej">https://clck.ru/rE4ej</a>
2	Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).	0,5		<a href="https://shareslide.ru/obzh/prezentatsiya-po-obzh-5-klass-sistemy">https://shareslide.ru/obzh/prezentatsiya-po-obzh-5-klass-sistemy</a>
<b>МОДУЛЬ № 2 «ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ» 1 час</b>				
3	Организм человека и его безопасность.	0,25		<a href="https://infourok.ru/organizm-cheloveka-i-ego-bezopasnost-5324535.html">https://infourok.ru/organizm-cheloveka-i-ego-bezopasnost-5324535.html</a>
4	Питаемся правильно.	0,25		<a href="https://clck.ru/rE7yW">https://clck.ru/rE7yW</a>
5	Здоровье органов чувств.	0,25		<a href="https://theslide.ru/biologiya/organy-chuvstv-5-klass">https://theslide.ru/biologiya/organy-chuvstv-5-klass</a>
6	Как вести здоровый образ жизни.	0,25		<a href="http://www.myshared.ru/slide/318390/">http://www.myshared.ru/slide/318390/</a>
<b>МОДУЛЬ № 3 «БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТРАНСПОРТЕ»-0,5 часа</b>				
7	Виды современного транспорта	0,25		<a href="http://www.myshared.ru/slide/1005252/">http://www.myshared.ru/slide/1005252/</a>
8	Выбор пути: безопасная дорога в школу.	0,25		<a href="https://clck.ru/rFJKF">https://clck.ru/rFJKF</a>
<b>МОДУЛЬ № 4 «БЕЗОПАСНОСТЬ В БЫТУ» - 0,5</b>				
9	Пожар. Если в школе пожар	0,25		<a href="http://www.myshared.ru/slide/789572/">http://www.myshared.ru/slide/789572/</a>
10	Мой безопасный дом.	0,25		<a href="https://clck.ru/rFMw3">https://clck.ru/rFMw3</a>
<b>МОДУЛЬ № 5 «БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ» - 0,5</b>				
18	Психологические основы самозащиты	0,25		<a href="https://clck.ru/rFXyL">https://clck.ru/rFXyL</a>
19	Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде.	0,25		<a href="https://clck.ru/rFYKd">https://clck.ru/rFYKd</a>
<b>МОДУЛЬ № 6 «ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ»-0,5</b>				



22	Правила поведения при захвате в заложники.	0,5		<a href="https://pptcloud.ru/obzh/pravila-povedeniya-pri-zahvate-v-zalozhniki">https://pptcloud.ru/obzh/pravila-povedeniya-pri-zahvate-v-zalozhniki</a>
<b>МОДУЛЬ № 7 «БЕЗОПАСНОСТЬ В ИНФОРМАЦИОННОМ ПРОСТРАНСТВЕ» -0,5</b>				
23	Безопасность в Интернете	0,5		<a href="https://pptcloud.ru/informatika/bezopasnost-v-internete-112832">https://pptcloud.ru/informatika/bezopasnost-v-internete-112832</a>
<b>МОДУЛЬ № 8 «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ»- 1ч</b>				
24	Виды ранений, их причины и первая помощь.	0,25		<a href="https://clck.ru/rFaxg">https://clck.ru/rFaxg</a>
25	Общая характеристика кровотечений.	0,25		<a href="http://900igr.net/prezentacija/obg/obschaja-kharakteristika-krovotecenij-118575/vidy-krovotecenij-3.html">http://900igr.net/prezentacija/obg/obschaja-kharakteristika-krovotecenij-118575/vidy-krovotecenij-3.html</a>
26	Первая помощь при кровотечении.	0,5		<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-vidy-krovoteceniy-i-okazanie-pervoy-medicinskoy-pomoschi-1761767.html">https://infourok.ru/prezentaciya-vidy-krovoteceniy-i-okazanie-pervoy-medicinskoy-pomoschi-1761767.html</a>
<b>МОДУЛЬ № 9 «БЕЗОПАСНОСТЬ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ» - 1 ч</b>				
27	Правила поведения в школе.	0,5		<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-pravila-povedeniya-v-shkole-2819052.html">https://infourok.ru/prezentaciya-pravila-povedeniya-v-shkole-2819052.html</a>
28	Собака не всегда друг.	0,5		<a href="http://www.myshared.ru/slide/519347/">http://www.myshared.ru/slide/519347/</a>
<b>МОДУЛЬ № 10 «ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА В ОБЕСПЕЧЕНИИ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ»- 0,5</b>				
29	Фильтрующие противогазы.	0,5		<a href="http://www.myshared.ru/slide/833948/">http://www.myshared.ru/slide/833948/</a>
<b>МОДУЛЬ № 11 «ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ» - 1 ч</b>				
30	Современная экологическая ситуация в мире	1		<a href="http://www.myshared.ru/slide/1429156/">http://www.myshared.ru/slide/1429156/</a>