

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МОАУ "СОШ №5"

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы безопасности и защиты Родины»

для обучающихся 5-7 классов

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности (далее – ОБИЗР) разработана на основе Концепции преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (утверждена Решением Коллегии Министерства просвещения Российской Федерации, протокол от 24 декабря 2018 г. № ПК-1вн), требований к результатам освоения программы основного общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте (далее – ФГОС) основного общего образования (утверждён приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287) с учётом распределённых по модулям проверяемых требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования по учебному предмету ОБИЗР, федеральной рабочей программы воспитания.

Настоящая Программа обеспечивает:

ясное понимание обучающимися современных проблем безопасности и формирование у подрастающего поколения базового уровня культуры безопасного поведения;

прочное усвоение обучающимися основных ключевых понятий, обеспечивающих преемственность изучения основ комплексной безопасности личности на следующем уровне образования;

возможность выработки и закрепления у обучающихся умений и навыков, необходимых для последующей жизни;

выработку практико-ориентированных компетенций, соответствующих потребностям современности;

реализацию оптимального баланса межпредметных связей и их разумное взаимодополнение, способствующее формированию практических умений и навыков.

Учебный материал систематизирован по сферам возможных проявлений рисков и опасностей: помещения и бытовые условия; улица и общественные места; природные условия; коммуникационные связи и каналы; объекты и учреждения культуры и пр.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Появлению учебного предмета ОБИЗР способствовали колоссальные по масштабам и последствиям техногенные катастрофы, произошедшие на территории нашей страны в 80-е годы XX столетия: катастрофа теплохода «Александр Суворов» в результате столкновения с пролётом Ульяновского моста через Волгу (5 июня 1983 г.), взрыв четвёртого ядерного реактора на

Чернобыльской АЭС (26 апреля 1986 г.), химическая авария с выбросом аммиака на производственном объединении «Азот» в г. Ионаве (20 марта 1989 г.), взрыв двух пассажирских поездов под Уфой в результате протечки трубопровода и выброса сжиженной газовой-бензиновой смеси (3 июня 1989 г.). Государство столкнулось с серьёзными вызовами, в ответ на которые требовался быстрый и адекватный ответ. Пришло понимание необходимости скорейшего внедрения в сознание граждан культуры безопасности жизнедеятельности, формирования у подрастающего поколения модели индивидуального безопасного поведения, стремления осознанно соблюдать нормы и правила безопасности в повседневной жизни. В связи с этим введение в нашей стране обучения основам безопасности жизнедеятельности явилось важным и принципиальным достижением как для отечественного, так и для мирового образовательного сообщества.

В условиях современного исторического процесса с появлением новых глобальных и региональных природных, техногенных, социальных вызовов и угроз безопасности России (критичные изменения климата, негативные медико-биологические, экологические, информационные факторы и другие условия жизнедеятельности) возрастает приоритет вопросов безопасности, их значение не только для самого человека, но также для общества и государства. При этом центральной проблемой безопасности жизнедеятельности остаётся сохранение жизни и здоровья каждого человека.

В данных обстоятельствах колоссальное значение приобретает качественное образование подрастающего поколения россиян, направленное на формирование гражданской идентичности, воспитание личности безопасного типа, овладение знаниями, умениями, навыками и компетенцией для обеспечения безопасности в повседневной жизни. Актуальность совершенствования учебно-методического обеспечения учебного процесса по предмету ОБИЗР определяется системообразующими документами в области безопасности: Стратегия национальной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400), Доктрина информационной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 5 декабря 2016 г. № 646), Национальные цели развития Российской Федерации на период до 2030 года (Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474), Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» (Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 г. № 1642).

Современный учебный предмет ОБИЗР является системообразующим, имеет свои дидактические компоненты во всех без исключения предметных областях и реализуется через приобретение необходимых знаний, выработку и закрепление системы взаимосвязанных навыков и умений, формирование компетенций в области безопасности, поддержанных согласованным

изучением других учебных предметов. Научной базой учебного предмета ОБИЗР является общая теория безопасности, исходя из которой он должен обеспечивать формирование целостного видения всего комплекса проблем безопасности, включая глобальные, что позволит обосновать оптимальную систему обеспечения безопасности личности, общества и государства, а также актуализировать для обучающихся построение адекватной модели индивидуального безопасного поведения в повседневной жизни, сформировать у них базовый уровень культуры безопасности жизнедеятельности.

В настоящее время с учётом новых вызовов и угроз подходы к изучению учебного предмета ОБИЗР несколько скорректированы. Он входит в предметную область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности», является обязательным для изучения на уровне основного общего образования. Изучение ОБИЗР направлено на обеспечение формирования базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности, что способствует выработке у обучающихся умений распознавать угрозы, избегать опасности, нейтрализовывать конфликтные ситуации, решать сложные вопросы социального характера, грамотно вести себя в чрезвычайных ситуациях. Такой подход содействует закреплению навыков, позволяющих обеспечивать защиту жизни и здоровья человека, формированию необходимых для этого волевых и морально-нравственных качеств, предоставляет широкие возможности для эффективной социализации, необходимой для успешной адаптации обучающихся к современной техно-социальной и информационной среде, способствует проведению мероприятий профилактического характера в сфере безопасности.

ЦЕЛЬ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

Целью изучения учебного предмета ОБИЗР на уровне основного общего образования является формирование у обучающихся базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:

- способность построения модели индивидуального безопасного поведения на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин, механизмов возникновения и возможных последствий различных опасных и чрезвычайных ситуаций, знаний и умений применять необходимые средства и приемы рационального и безопасного поведения при их проявлении;

- сформированность 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 ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Изучение учебного предмета ОБИЗР предусматривается в течение трех лет, в 5–7 классах по 1 часу в неделю. Всего на изучение предмета ОБИЗР отводится 102 часа, из них по 34 часа в каждом классе.

В 5а, в; 6а, в - 2 урока выпадают на праздничные дни (1, 8, мая). В результате количество часов сокращено до 32. Содержание программы выдано за счет уплотнения материала.

В 5б; 7 в - 1 урок выпадает на праздничный день 2 мая. В результате количество часов сокращено до 33. Содержание программы выдано за счет уплотнения материала.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Цель и задачи учебного предмета ОБИЗР, его ключевые понятия и значение для человека.

Правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними.

Правила дорожного движения и их значение.

«Дорожные ловушки» и правила их предупреждения.

Правила дорожного движения для пассажиров.

Правила дорожного движения для водителя.

Погодные условия (гололед, метель пурга).

Общие правила безопасного поведения на водоёмах.

Правила поведения при нахождении на льду.

Основные источники опасности в быту.

Правила обращения с газовыми и электрическими приборами.

Пожар. Первичные средства пожаротушения.

Правила безопасного поведения при пожаре.

Правила вызова экстренных служб, ответственность за ложные сообщения;

Ситуации криминального характера, правила поведения с малознакомыми людьми.

Правила поведения при попытке проникновения в дом посторонних.

Правила поведения в подъезде и лифте.
Потенциальные источники опасности в общественных местах.
Опасности криминогенного и антиобщественного характера в общественных местах.
Порядок действий при эвакуации из общественных мест и зданий.
Массовые мероприятия и правила подготовки к ним. Порядок действий при беспорядках в местах массового пребывания людей.
Погодные условия. Гроза.
Первая помощь.
Правила комплектования и хранения домашней аптечки.
Признаки отравления, приёмы и правила оказания первой помощи.
Бытовые травмы и правила их предупреждения.
Порядок действий при оказании первой помощи.
Здоровый образ жизни.
Факторы, влияющие на здоровье человека.
Правила личной гигиены.
Автономные условия, их особенности и опасности.
Порядок действий при автономном существовании в природной среде.
Правила подготовки к длительному автономному существованию.
Правила ориентирования на местности.
Способы подачи сигналов бедствия.
Снаряжение.
Временное укрытие.
Походная еда.
Добыча воды.
Разведение костра.
Правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними.
Порядок действий при укусах диких животных, змей, пауков, клещей и насекомых.
Различия съедобных и ядовитых грибов и растений, правила поведения, необходимые для снижения риска отравления ядовитыми грибами и растениями.
Акклиматизация.
Правила безопасности в поездках. Наземный вид транспорта.
Правила безопасности в поездках. Водный транспорт.
Правила безопасности в поездках. Воздушный транспорт.
Информационная безопасность.
Безопасное пользование компьютером.
Правила поведения при террористических актах.
Алгоритм оказания первой помощи.
Здоровый образ жизни.
Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.
Чрезвычайные ситуации природного характера и их классификация.

Классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Землетрясение.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Извержение вулканов.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Обвалы. Оползни.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Ураганы, бури.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Серчи.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Наводнения.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Селевой поток.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Цунами.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Снежные лавины.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Лесные, степные пожары.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Торфяные пожары.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Эпидемия. Пандемия.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Эпизоотии, эпифитотии.

Сигнал «Внимание всем!», порядок действий населения при его получении.

Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций, порядок действий населения при объявлении эвакуации.

«Первая помощь» и обязанность по её оказанию.

Алгоритм оказания первой помощи.

Порядок действий при оказании первой помощи в различных ситуациях.

Смысл понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни», их содержание и значение для человека.

Факторы, влияющие на здоровье человека, опасность вредных привычек.

Элементы здорового образа жизни, ответственность за сохранение здоровья.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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

Личностные результаты достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения. Способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности и проявляются в индивидуальных социально значимых 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 социально значимой 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 ОБИЗР, должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе.

1. Патриотическое воспитание:

осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины – России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране;

формирование чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга – защите Отечества.

2. Гражданское воспитание:

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; представление о способах противодействия коррупции; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении; готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней);

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

понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, осмысление роли государства и общества в решении задачи защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

знание и понимание роли государства в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации, формирование веротерпимости, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, развитие способности к конструктивному диалогу с другими людьми.

3. Духовно-нравственное воспитание:

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать своё поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства;

развитие ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключая употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесение иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;

формирование личности безопасного типа, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности других людей.

4. Эстетическое воспитание:

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

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

5. Ценности научного познания:

ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития чело-века, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой; овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия;

формирование современной научной картины мира, понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространённых видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы);

установка на осмысление опыта, наблюдений и поступков, овладение способностью оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы

обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей.

6. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

понимание личностного смысла изучения учебного предмета ОБИЗР, его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства;

осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

умение принимать себя и других, не осуждая;

умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, уметь управлять собственным эмоциональным состоянием;

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

7. Трудовое воспитание:

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания; осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого; готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей;

укрепление ответственного отношения к учёбе, способности применять меры и средства индивидуальной защиты, приёмы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

овладение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании

инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях;

установка на овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды).

8. Экологическое воспитание:

ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности экологической направленности;

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

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Метапредметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся межпредметных понятий (используются в нескольких предметных областях и позволяют связывать знания из различных дисциплин в целостную научную картину мира) и универсальных учебных действий (познавательные, коммуникативные, регулятивные); способность их использовать в учебной, познавательной и социальной практике. Выражаются в готовности к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории; овладению навыками работы с информацией: восприятие и создание информационных текстов в различных форматах, в том числе в цифровой среде.

Метапредметные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБИЗР, должны отражать:

1. Овладение универсальными познавательными действи-ями.

Базовые логические действия:

выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);

устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;

с учётом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях; предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;

выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;

выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов; делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;

самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учётом самостоятельно выделенных критериев).

Базовые исследовательские действия:

формулировать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между рассматриваемым и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) повседневной жизни;

обобщать, анализировать и оценивать получаемую информацию, выдвигать гипотезы, аргументировать свою точку зрения, делать обоснованные выводы по результатам исследования;

проводить (принимать участие) небольшое самостоятельное исследование заданного объекта (явления), устанавливать причинно-следственные связи;

прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, а также выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

Работа с информацией:

применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учётом предложенной учебной задачи и заданных критериев;

выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;

находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;

самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;

оценивать надёжность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;

эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Овладение системой универсальных познавательных действий обеспечивает сформированность когнитивных навыков обучающихся.

2. Овладение универсальными коммуникативными действиями.

Общение:

уверенно высказывать свою точку зрения в устной и письменной речи, выражать эмоции в соответствии с форматом и целями общения, определять предпосылки возникновения конфликтных ситуаций и выстраивать грамотное общение для их смягчения;

распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков и намерения других, уважительно, в корректной форме формулировать свои взгляды;

сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;

в ходе общения задавать вопросы и выдавать ответы по существу решаемой учебной задачи, обнаруживать различие и сходство позиций других участников диалога;

публично представлять результаты решения учебной задачи, самостоятельно выбирать наиболее целесообразный формат выступления и готовить различные презентационные материалы.

Совместная деятельность (сотрудничество):

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной учебной задачи;

планировать организацию совместной деятельности (распределять роли и понимать свою роль, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, подчиняться, выделять общую точку зрения, договариваться о результатах);

определять свои действия и действия партнёра, которые помогали или затрудняли нахождение общего решения, оценивать качество своего вклада в общий продукт по заданным участниками группы критериям, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчёта перед группой.

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

3. Овладение универсальными учебными регулятивными действиями.

Самоорганизация:

выявлять проблемные вопросы, требующие решения в жизненных и учебных ситуациях;

аргументированно определять оптимальный вариант принятия решений, самостоятельно составлять алгоритм (часть алгоритма) и способ решения учебной задачи с учётом собственных возможностей и имеющихся ресурсов;

составлять план действий, находить необходимые ресурсы для его выполнения, при необходимости корректировать предложенный алгоритм, брать ответственность за принятое решение.

Самоконтроль (рефлексия):

давать адекватную оценку ситуации, предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, и вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств;

объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретённому опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;

оценивать соответствие результата цели и условиям.

Эмоциональный интеллект:

управлять собственными эмоциями и не поддаваться эмоциям других, выявлять и анализировать их причины;

ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого, регулировать способ выражения эмоций.

Принятие себя и других:

осознанно относиться к другому человеку, его мнению, признавать право на ошибку свою и чужую;

быть открытым себе и другим, осознавать невозможность контроля всего вокруг.

Овладение системой универсальных учебных регулятивных действий обеспечивает формирование смысловых установок личности (внутренняя позиция личности) и жизненных навыков личности (управления собой, самодисциплины, устойчивого поведения).

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Предметные результаты характеризуют сформированностью у обучающихся основ культуры безопасности жизнедеятельности и проявляются в способности построения и следования модели индивидуального безопасного поведения и опыте её 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, 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 практическими умениями безопасного поведения в повседневной жизни.

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

По учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»:

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 распространённых видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы);

8) овладение знаниями и умениями применять меры и средства индивидуальной защиты, приёмы 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 учётом реальных условий и возможностей;

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

12) овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы).

Достижение результатов освоения программы основного общего образования обеспечивается посредством включения в указанную программу предметных результатов освоения модулей учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

Распределение предметных результатов, формируемых в ходе изучения учебного предмета ОБИЗР:

5 класс

объяснять понятия опасной и чрезвычайной ситуации, анализировать, в чём их сходство и различия (виды чрезвычайных ситуаций, в том числе террористического характера);

раскрывать смысл понятия культуры безопасности (как способности предвидеть, по возможности избегать, действовать в опасных ситуациях);

приводить примеры угрозы физическому, психическому здоровью человека и/или нанесения ущерба имуществу, безопасности личности, общества, государства;

классифицировать источники опасности и факторы опасности (природные, физические, биологические, химические, психологические, социальные источники опасности – люди, животные, вирусы и бактерии; вещества, предметы и явления), в том числе техногенного происхождения;

раскрывать общие принципы безопасного поведения.

объяснять особенности жизнеобеспечения жилища;

классифицировать источники опасности в быту (пожароопасные предметы, электроприборы, газовое оборудование, бытовая химия, медикаменты);

соблюдать правила безопасного поведения, позволяющие предупредить возникновение опасных ситуаций в быту;

распознавать ситуации криминального характера;

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 в ситуациях криминального характера;

безопасно действовать при пожаре в жилых и общественных зданиях, в том числе правильно использовать первичные средства пожаротушения.

классифицировать виды опасностей на транспорте (наземный, подземный, железнодорожный, водный, воздушный);

соблюдать правила дорожного движения, установленные для пешехода, пассажира, водителя велосипеда и иных средств передвижения;

характеризовать потенциальные источники опасности в общественных местах, в том числе техногенного происхождения;

распознавать и характеризовать ситуации криминогенного и антиобщественного характера (кража, грабёж, мошенничество, хулиганство, ксенофобия);

соблюдать правила безопасного поведения в местах массового пребывания людей (в толпе);

знать правила информирования экстренных служб;

безопасно действовать при обнаружении в общественных местах бесхозных (потенциально опасных) вещей и предметов;

эвакуироваться из общественных мест и зданий;

безопасно действовать при возникновении пожара и происшествий в общественных местах;

безопасно действовать в условиях совершения террористического акта, в том числе при захвате и освобождении заложников;

безопасно действовать в ситуациях криминогенного и антиобщественного характера.

раскрывать смысл понятий здоровья (физического и психического) и здорового образа жизни;

характеризовать факторы, влияющие на здоровье человека;

раскрывать понятия заболеваний, зависящих от образа жизни (физических нагрузок, режима труда и отдыха, питания, психического здоровья и психологического благополучия);

сформировать негативное отношение к вредным привычкам (табакокурение, алкоголизм, наркомания, игровая зависимость);

соблюдать правила коммуникации с незнакомыми людьми (в том числе с подозрительными людьми, у которых могут иметься преступные намерения);

соблюдать правила безопасного и комфортного существования со знакомыми людьми и в различных группах, в том числе в семье, классе, коллективе кружка/секции/спортивной команды, группе друзей;

распознавать опасности и соблюдать правила безопасного поведения в практике современных молодёжных увлечений.

Модуль № 8 «Безопасность в информационном пространстве»:

приводить примеры информационных и компьютерных угроз;

характеризовать потенциальные риски и угрозы при использовании сети Интернет (далее – Интернет), предупреждать риски и угрозы в Интернете (в том числе вовлечения в экстремистские, террористические и иные деструктивные интернет-сообщества);

владеть принципами безопасного использования Интернета;

предупреждать возникновение сложных и опасных ситуаций;

характеризовать и предотвращать потенциальные риски и угрозы при использовании Интернета (например: мошенничество, игромания, деструктивные сообщества в социальных сетях).

6 класс

знать о правилах вызова экстренных служб и ответственности за ложные сообщения;

соблюдать правила безопасного поведения на природе;

объяснять правила безопасного поведения на водоёмах в различное время года;

характеризовать правила само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде;

безопасно действовать при автономном существовании в природной среде, учитывая вероятность потери ориентиров (риска заблудиться), встречи с дикими животными, опасными насекомыми, клещами и змеями, ядовитыми грибами и растениями;

знать и применять способы подачи сигнала о помощи.

раскрывать смысл понятий здоровья (физического и психического) и здорового образа жизни;

характеризовать факторы, влияющие на здоровье человека;

раскрывать понятия заболеваний, зависящих от образа жизни (физических нагрузок, режима труда и отдыха, питания, психического здоровья и психологического благополучия);

сформировать негативное отношение к вредным привычкам (табакокурение, алкоголизм, наркомания, игровая зависимость);

7 класс

объяснять понятия опасной и чрезвычайной ситуации, анализировать, в чём их сходство и различия (виды чрезвычайных ситуаций, в том числе террористического характера);

раскрывать смысл понятия культуры безопасности (как способности предвидеть, по возможности избегать, действовать в опасных ситуациях);

классифицировать источники опасности и факторы опасности (природные, физические, биологические, химические, психологические, социальные источники опасности – люди, животные, вирусы и бактерии; вещества, предметы и явления), в том числе техногенного происхождения;

раскрывать общие принципы безопасного поведения.

знать правила информирования экстренных служб;

раскрывать смысл понятий здоровья (физического и психического) и здорового образа жизни;

характеризовать факторы, влияющие на здоровье человека;

раскрывать понятия заболеваний, зависящих от образа жизни (физических нагрузок, режима труда и отдыха, питания, психического здоровья и психологического благополучия);

сформировать негативное отношение к вредным привычкам (табакокурение, алкоголизм, наркомания, игровая зависимость);

безопасно действовать в случае возникновения чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения (эпидемии, пандемии);

характеризовать основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации по обеспечению безопасности населения при угрозе и во время чрезвычайных ситуаций биолого-социального характера;

оказывать первую помощь и самопомощь при неотложных состояниях.

5 класс

Цель и задачи учебного предмета ОБИЗР, его ключевые понятия и значение для человека.

Правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними.

Правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними.

Правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними.

Правила дорожного движения и их значение.

«Дорожные ловушки» и правила их предупреждения.

Правила дорожного движения для пассажиров.

Правила дорожного движения для водителя.

Погодные условия (гололед, метель пурга).

Общие правила безопасного поведения на водоёмах.

Правила поведения при нахождении на льду.
Основные источники опасности в быту.
Правила обращения с газовыми и электрическими приборами.
Пожар. Первичные средства пожаротушения.
Правила безопасного поведения при пожаре.
Правила вызова экстренных служб, ответственность за ложные сообщения;
Ситуации криминального характера, правила поведения с малознакомыми людьми.
Правила поведения при попытке проникновения в дом посторонних.
Правила поведения в подъезде и лифте.
Потенциальные источники опасности в общественных местах.
Опасности криминогенного и антиобщественного характера в общественных местах.
Порядок действий при эвакуации из общественных мест и зданий.
Массовые мероприятия и правила подготовки к ним. Порядок действий при беспорядках в местах массового пребывания людей.
Погодные условия. Гроза.
Первая помощь.
Правила комплектования и хранения домашней аптечки.
Признаки отравления, приёмы и правила оказания первой помощи.
Бытовые травмы и правила их предупреждения.
Порядок действий при оказании первой помощи.
Порядок действий при оказании первой помощи.
Здоровый образ жизни.
Факторы, влияющие на здоровье человека.
Правила личной гигиены.
Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа.

6 класс

Автономные условия, их особенности и опасности.
Порядок действий при автономном существовании в природной среде.
Порядок действий при автономном существовании в природной среде.
Порядок действий при автономном существовании в природной среде.
Правила подготовки к длительному автономному существованию.
Правила ориентирования на местности.
Правила ориентирования на местности.
Способы подачи сигналов бедствия.
Способы подачи сигналов бедствия.
Снаряжение.
Временное укрытие.
Походная еда.
Добыча воды.
Разведение костра.

Правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними.

Порядок действий при укусах диких животных, змей, пауков, клещей и насекомых.

Различия съедобных и ядовитых грибов и растений, правила поведения, необходимые для снижения риска отравления ядовитыми грибами и растениями.

Акклиматизация.

Акклиматизация.

Акклиматизация.

Правила безопасности в поездках. Наземный вид транспорта.

Правила безопасности в поездках. Водный транспорт.

Правила безопасности в поездках. Воздушный транспорт.

Информационная безопасность.

Безопасное пользование компьютером.

Правила поведения при террористических актах.

Правила поведения при террористических актах.

Алгоритм оказания первой помощи.

Алгоритм оказания первой помощи.

Алгоритм оказания первой помощи.

Алгоритм оказания первой помощи.

Здоровый образ жизни.

Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.

Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа.

7 класс

Чрезвычайные ситуации природного характера и их классификация.

Классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Землетрясение.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Землетрясение.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Извержение вулканов.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Обвалы. Оползни.

Чрезвычайные ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Ураганы, бури.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Серчи.

Чрезвычайные ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Наводнения.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Селевой поток.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Цунами.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Снежные лавины.

Чрезвычайные ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Лесные, степные пожары.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Торфяные пожары.

Чрезвычайные ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Эпидемия. Пандемия.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Эпидемия. Пандемия.
Чрезвычайные ситуации природного характера. Эпизоотии, эпифитотии.
Чрезвычайные ситуации природного характера.
Сигнал «Внимание всем!», порядок действий населения при его получении.
Сигнал «Внимание всем!», порядок действий населения при его получении.
Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций, порядок действий населения при объявлении эвакуации.
«Первая помощь» и обязанность по её оказанию.
Алгоритм оказания первой помощи.
Порядок действий при оказании первой помощи в различных ситуациях.
Порядок действий при оказании первой помощи в различных ситуациях.
Порядок действий при оказании первой помощи в различных ситуациях.
Смысл понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни», их содержание и значение для человека.
Факторы, влияющие на здоровье человека, опасность вредных привычек.
Элементы здорового образа жизни, ответственность за сохранение здоровья.
Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контентные работы	Практические работы	
1	Цель и задачи учебного предмета ОБИЗР, его ключевые понятия и значение для человека.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
2	Правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
3	Правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
4	Правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
5	Правила дорожного движения и их значение.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506

6	«Дорожные ловушки» и правила их предупреждения.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
7	Правила дорожного движения для пассажиров.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
8	Правила дорожного движения для водителя.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
9	Погодные условия (гололед, метель пурга).	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
10	Общие правила безопасного поведения на водоёмах.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
11	Правила поведения при нахождении на льду.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
12	Основные источники опасности в быту.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
13	Правила обращения с газовыми и электрическими приборами.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
14	Пожар. Первичные средства пожаротушения.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
15	Правила безопасного поведения при пожаре.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
16	Правила вызова экстренных служб, ответственность за ложные сообщения;	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru

					/7f419506
17	Ситуации криминального характера, правила поведения с малознакомыми людьми.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
18	Правила поведения при попытке проникновения в дом посторонних.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
19	Правила поведения в подъезде и лифте.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
20	Потенциальные источники опасности в общественных местах.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
21	Опасности криминогенного и антиобщественного характера в общественных местах.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
22	Порядок действий при эвакуации из общественных мест и зданий.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
23	Массовые мероприятия и правила подготовки к ним. Порядок действий при беспорядках в местах массового пребывания людей.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
24	Погодные условия. Гроза.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
25	Первая помощь.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
26	Правила комплектования и хранения домашней аптечки.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
27	Признаки отравления, приёмы и правила оказания первой помощи.	1			Библиотека ЦОК

					https://m.edsoo.ru/7f419506
28	Бытовые травмы и правила их предупреждения.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
29	Порядок действий при оказании первой помощи.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
30	Порядок действий при оказании первой помощи.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
31	Здоровый образ жизни.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
32	Факторы, влияющие на здоровье человека.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
33	Правила личной гигиены.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
34	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа.	1		1	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34		1	

6 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	

					е ресур сы
1	Автономные условия, их особенности и опасности.	1			Библи отека ЦОК https:// m.edso o.ru/7f 419506
2	Порядок действий при автономном существовании в природной среде.	1			Библи отека ЦОК https:// m.edso o.ru/7f 419506
3	Порядок действий при автономном существовании в природной среде.	1			Библи отека ЦОК https:// m.edso o.ru/7f 419506
4	Порядок действий при автономном существовании в природной среде.	1			Библи отека ЦОК https:// m.edso o.ru/7f 419506
5	Правила подготовки к длительному автономному существованию.	1			Библи отека ЦОК https:// m.edso o.ru/7f 419506
6	Правила ориентирования на местности.	1			Библи отека ЦОК https:// m.edso

					o.ru/7f419506
7	Правила ориентирования на местности.	1			Библиотека ЦОК https://m.edso.ru/7f419506
8	Способы подачи сигналов бедствия.	1			Библиотека ЦОК https://m.edso.ru/7f419506
9	Способы подачи сигналов бедствия.	1			Библиотека ЦОК https://m.edso.ru/7f419506
10	Снаряжение.	1			Библиотека ЦОК https://m.edso.ru/7f419506
11	Временное укрытие.	1			Библиотека ЦОК https://m.edso.ru/7f419506
12	Походная еда.	1			Библиотека ЦОК https://m.edso.ru/7f419506

13	Добыча воды.	1			Библи отека ЦОК https:// m.edso o.ru/7f 419506
14	Разведение костра.	1			Библи отека ЦОК https:// m.edso o.ru/7f 419506
15	Правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними.	1			Библи отека ЦОК https:// m.edso o.ru/7f 419506
16	Порядок действий при укусах диких животных, змей, пауков, клещей и насекомых.	1			Библи отека ЦОК https:// m.edso o.ru/7f 419506
17	Различия съедобных и ядовитых грибов и растений, правила поведения, необходимые для снижения риска отравления ядовитыми грибами и растениями.	1			Библи отека ЦОК https:// m.edso o.ru/7f 419506
18	Акклиматизация.	1			Библи отека ЦОК https:// m.edso o.ru/7f 419506
19	Акклиматизация.	1			Библи отека

					ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
20	Акклиматизация.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
21	Правила безопасности в поездках. Наземный вид транспорта.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
22	Правила безопасности в поездках. Водный транспорт.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
23	Правила безопасности в поездках. Воздушный транспорт.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
24	Информационная безопасность.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
25	Безопасное пользование компьютером.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506

					m.edsoo.ru/7f419506
26	Правила поведения при террористических актах.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
27	Правила поведения при террористических актах.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
28	Алгоритм оказания первой помощи.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
29	Алгоритм оказания первой помощи.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
30	Алгоритм оказания первой помощи.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
31	Алгоритм оказания первой помощи.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506

					419506
32	Здоровый образ жизни.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
33	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
34	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа.	1	1		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	1		

7 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Чрезвычайные ситуации природного характера и их классификация.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
2	Классификация чрезвычайных ситуаций природного и	1			Библиотека ЦОК

	техногенного характера.				https://m.edsoo.ru/7f419506
3	Чрезвычайные ситуации природного характера. Землетрясение.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
4	Чрезвычайные ситуации природного характера. Землетрясение.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
5	Чрезвычайные ситуации природного характера. Извержение вулканов.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
6	Чрезвычайные ситуации природного характера. Обвалы. Оползни.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
7	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
8	Чрезвычайные ситуации природного характера. Ураганы, бури.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
9	Чрезвычайные ситуации природного характера. Серчи.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
10	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
11	Чрезвычайные ситуации природного характера. Наводнения.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
12	Чрезвычайные ситуации природного характера. Селевой поток.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506

13	Чрезвычайные ситуации природного характера. Цунами.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
14	Чрезвычайные ситуации природного характера. Снежные лавины.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
15	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
16	Чрезвычайные ситуации природного характера. Лесные, степные пожары.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
17	Чрезвычайные ситуации природного характера. Торфяные пожары.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
18	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
19	Чрезвычайные ситуации природного характера. Эпидемия. Пандемия.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
20	Чрезвычайные ситуации природного характера. Эпидемия. Пандемия.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
21	Чрезвычайные ситуации природного характера. Эпизоотии, эпифитотии.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
22	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
23	Сигнал «Внимание всем!», порядок действий населения при его получении.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru

					/7f419506
24	Сигнал «Внимание всем!», порядок действий населения при его получении.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
25	Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций, порядок действий населения при объявлении эвакуации.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
26	«Первая помощь» и обязанность по её оказанию.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
27	Алгоритм оказания первой помощи.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
28	Порядок действий при оказании первой помощи в различных ситуациях.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
29	Порядок действий при оказании первой помощи в различных ситуациях.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
30	Порядок действий при оказании первой помощи в различных ситуациях.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
31	Смысл понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни», их содержание и значение для человека.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
32	Факторы, влияющие на здоровье человека, опасность вредных привычек.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
33	Элементы здорового образа жизни, ответственность за сохранение здоровья.	1			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f419506
34	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа.	1	1		Библиотека ЦОК

				https://m.edsoo.ru/7f419506
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	1	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 а, в КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Все го	Контроль ные работы	Практичес кие работы		
1	Цель и задачи учебного предмета ОБИЗР, его ключевые понятия и значение для человека.	1			05.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac5d4
2	Правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними.	1			12.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac746
3	Правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с	1			19.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac8c2

	ними.					
4	Правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними.	1			26.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacc82
5	Правила дорожного движения и их значение.	1			03.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacd4
6	«Дорожные ловушки» и правила их предупреждения.	1			10.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacf84
7	Правила дорожного движения для пассажиров.	1			17.10.2024	
8	Правила дорожного движения для водителя.	1	1		24.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5ead51a
9	Погодные условия (гололед, метель пурга).	1			07.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5ead68c
10	Общие правила безопасного поведения на водоёмах.	1			14.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eafaa0
11	Правила поведения при нахождении на	1			21.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eaf78e

	льду.					
12	Основные источники опасности в быту.	1			28.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eaf946
13	Правила обращения с газовыми и электрическим и приборами.	1			05.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb038c
14	Пожар. Первичные средства пожаротушения.	1			12.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb06f2
15	Правила безопасного поведения при пожаре.	1			19.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb0a76
16	Правила вызова экстренных служб, ответственность за ложные сообщения;	1			26.12.2024	
17	Ситуации криминального характера, правила поведения с малознакомым и людьми.	1			09.01.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb0d96
18	Правила поведения при попытке проникновения в дом посторонних.	1			16.01.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb14e4
19	Правила поведения в	1		1	23.01.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb1

	подъезде и лифте.					da4
20	Потенциальные источники опасности в общественных местах.	1			30.01.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb279a
21	Опасности криминогенного и антиобщественного характера в общественных местах.	1			06.02.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e
22	Порядок действий при эвакуации из общественных мест и зданий.	1			13.02.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb2d94
23	Массовые мероприятия и правила подготовки к ним. Порядок действий при беспорядках в местах массового пребывания людей.	1			20.02.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb3384
24	Погодные условия. Гроза.	1			06.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacc82
25	Первая помощь.	1			13.03.2025	
26	Правила комплектования и хранения домашней аптечки.	1	1		20.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb37ee

27	Признаки отравления, приёмы и правила оказания первой помощи.	1			27.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8
28	Бытовые травмы и правила их предупреждения.	1			10.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb3f82
29	Порядок действий при оказании первой помощи.	1			17.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb4568
30	Здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье человека.	1			24.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb46da
31	Правила личной гигиены.	1			15.05.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb4842
32	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа.	1	1		22.05.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb6192
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		32	3	1		

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 6 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Все го	Контрольные работы	Практические работы		

1	Цель и задачи учебного предмета ОБИЗР, его ключевые понятия и значение для человека.	1			06.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac5d4
2	Правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними.	1			13.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac746
3	Правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними.	1			20.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac8c2
4	Правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними.	1			27.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacc82

5	Правила дорожного движения и их значение.	1			04.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacdf4
6	«Дорожные ловушки» и правила их предупреждения.	1			11.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacf84
7	Правила дорожного движения для пассажиров.	1			18.10.2024	
8	Правила дорожного движения для водителя.	1	1		25.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5ead51a
9	Погодные условия (гололед, метель пурга).	1			08.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5ead68c
10	Общие правила безопасного поведения на водоёмах.	1			15.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eaefa0
11	Правила поведения при нахождении на льду.	1			22.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eaf78e
12	Основные источники опасности в быту.	1			29.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eaf946
13	Правила обращения с газовыми и электрическим и приборами.	1			06.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb038c
14	Пожар. Первичные	1			13.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5

	средства пожаротушения.					eb06f2
15	Правила безопасного поведения при пожаре.	1			20.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb0a76
16	Правила вызова экстренных служб, ответственность за ложные сообщения;	1			27.12.2024	
17	Ситуации криминального характера, правила поведения с малознакомым и людьми.	1			10.01.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb0d96
18	Правила поведения при попытке проникновения в дом посторонних.	1			17.01.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb14e4
19	Правила поведения в подъезде и лифте.	1		1	24.01.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb1da4
20	Потенциальные источники опасности в общественных местах.	1			31.01.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb279a
21	Опасности криминогенного и антиобщественного характера	1			07.02.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e

	В общественных местах.					
22	Порядок действий при эвакуации из общественных мест и зданий.	1			14.02.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb2d94
23	Массовые мероприятия и правила подготовки к ним. Порядок действий при беспорядках в местах массового пребывания людей.	1			21.02.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb3384
24	Погодные условия. Гроза.	1			28.02.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacc82
25	Первая помощь.	1			07.03.2025	
26	Правила комплектования и хранения домашней аптечки.	1	1		14.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb37ee
27	Признаки отравления, приёмы и правила оказания первой помощи.	1			21.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8
28	Бытовые травмы и правила их предупреждения.	1			04.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb3f82

29	Порядок действий при оказании первой помощи.	1			11.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb4568
30	Здоровый образ жизни.	1			18.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb46da
31	Факторы, влияющие на здоровье человека.	1			25.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb4842
32	Правила личной гигиены.				16.05.2025	
33	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа.	1	1		23.05.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb6192
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		33	3	1		

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6а, в КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Все го	Контрольные работы	Практические работы		
1	Автономные условия, их особенности и опасности.	1			05.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac5d4
2	Порядок действий при автономном существовании	1			12.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac746

	и в природной среде.					
3	Порядок действий при автономном существовании в природной среде.	1			19.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac8c2
4	Порядок действий при автономном существовании в природной среде.	1			26.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacc82
5	Правила подготовки к длительному автономному существованию.	1			03.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacdf4
6	Правила ориентирования на местности.	1			10.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacf84
7	Правила ориентирования на местности.	1			17.10.2024	
8	Способы подачи сигналов бедствия.	1	1		24.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5ead51a
9	Способы подачи сигналов бедствия.	1			07.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5ead68c
10	Снаряжение.	1			14.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eaeafa0
11	Временное укрытие.	1			21.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5e

						af78e
12	Походная еда.	1			28.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eaf946
13	Добыча воды.	1			05.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb038c
14	Разведение костра.	1			12.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb06f2
15	Правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними.	1			19.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb0a76
16	Порядок действий при укусах диких животных, змей, пауков, клещей и насекомых.	1			26.12.2024	
17	Различия съедобных и ядовитых грибов и растений, правила поведения, необходимые для снижения риска отравления ядовитыми грибами и растениями.	1			09.01.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb0d96

18	Акклиматизация.	1			16.01.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb14e4
19	Акклиматизация.	1		1	23.01.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb1da4
20	Акклиматизация.	1			30.01.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb279a
21	Правила безопасности в поездках. Наземный вид транспорта.	1			06.02.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e
22	Правила безопасности в поездках. Водный транспорт.	1			13.02.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb2d94
23	Правила безопасности в поездках. Воздушный транспорт.	1			20.02.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb3384
24	Информационная безопасность.	1			06.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacc82
25	Безопасное пользование компьютером.	1			13.03.2025	
26	Правила поведения при террористических актах.	1		1	20.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb37ee
27	Правила поведения при террористических актах.	1			27.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8
28	Алгоритм	1			10.04.2025	Библиотека ЦОК

	оказания первой помощи.					https://m.edsoo.ru/f5eb3f82
29	Алгоритм оказания первой помощи.	1			17.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb4568
30	Алгоритм оказания первой помощи.	1			24.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb46da
31	Алгоритм оказания первой помощи.	1			15.05.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb4842
32	Здоровый образ жизни. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.	1			22.05.2025	
33	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа.	1	1		05.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb6192
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		33	3	1		

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

6а, в КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Все го	Контроль ные работы	Практичес кие работы		
1	Автономные условия, их особенности и опасности.	1			03.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac5d4

2	Порядок действий при автономном существовании в природной среде.	1			10.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac746
3	Порядок действий при автономном существовании в природной среде.	1			17.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac8c2
4	Порядок действий при автономном существовании в природной среде.	1			24.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacc82
5	Правила подготовки к длительному автономному существованию.	1			01.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacdf4
6	Правила ориентирования на местности.	1			08.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacf84
7	Правила ориентирования на местности.	1			15.10.2024	
8	Способы подачи сигналов бедствия.	1	1		22.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5ead51a
9	Способы подачи сигналов бедствия.	1			05.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5ead68c
10	Снаряжение.	1			12.11.2024	Библиотека ЦОК

					4	https://m.edsoo.ru/f5eaeafa0
11	Временное укрытие.	1			19.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eaf78e
12	Походная еда.	1			26.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eaf946
13	Добыча воды.	1			03.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb038c
14	Разведение костра.	1			10.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb06f2
15	Правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними.	1			17.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb0a76
16	Порядок действий при укусах диких животных, змей, пауков, клещей и насекомых.	1			24.12.2024	
17	Различия съедобных и ядовитых грибов и растений, правила поведения, необходимые для снижения риска	1			14.01.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb0d96

	отравления ядовитыми грибами и растениями.					
18	Акклиматизация.	1			21.01.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb14e4
19	Акклиматизация.	1		1	28.01.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb1da4
20	Акклиматизация.	1			04.02.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb279a
21	Правила безопасности в поездках. Наземный вид транспорта.	1			11.02.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e
22	Правила безопасности в поездках. Водный транспорт.	1			18.02.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb2d94
23	Правила безопасности в поездках. Воздушный транспорт.	1			25.02.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb3384
24	Информационная безопасность.	1			04.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacc82
25	Безопасное пользование компьютером.	1			11.03.2025	
26	Правила поведения при террористических актах.	1		1	18.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb37ee
27	Правила поведения	1			25.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5e

	при террористических актах.					b3ca8
28	Алгоритм оказания первой помощи.	1			08.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb3f82
29	Алгоритм оказания первой помощи.	1			15.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb4568
30	Алгоритм оказания первой помощи.	1			22.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb46da
31	Алгоритм оказания первой помощи.	1			29.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb4842
32	Здоровый образ жизни.	1			06.05.2025	
33	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.	1			13.05.2025	
34	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа.	1	1		20.05.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb6192
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		34	3	1		

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

7 а,б КЛАСС

№ п/	Тема урока	Количество часов			Дата изучен	Электронные цифровые
		Все	Контроль	Практичес		

п		го	ные работы	кие работы	ия	образовательные ресурсы
1	Чрезвычайные ситуации природного характера и их классификация.	1			03.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac5d4
2	Классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	1			10.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac746
3	Чрезвычайные ситуации природного характера. Землетрясение.	1			17.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac8c2
4	Чрезвычайные ситуации природного характера. Землетрясение.	1			24.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacc82
5	Чрезвычайные ситуации природного характера. Извержение вулканов.	1			01.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacdf4
6	Чрезвычайные ситуации природного характера. Обвалы.	1			08.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacf84

	Оползни.					
7	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1			15.10.2024	
8	Чрезвычайные ситуации природного характера. Ураганы, бури.	1	1		22.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5ead51a
9	Чрезвычайные ситуации природного характера. Серчи.	1			05.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5ead68c
10	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1			12.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eaeafa0
11	Чрезвычайные ситуации природного характера. Наводнения.	1			19.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eaf78e
12	Чрезвычайные ситуации природного характера. Селевой поток.	1			26.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eaf946
13	Чрезвычайные ситуации природного характера. Цунами.	1			03.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb038c
14	Чрезвычайные ситуации природного характера. Снежные	1			10.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb06f2

	лавины.					
15	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1			17.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb0a76
16	Чрезвычайные ситуации природного характера. Лесные, степные пожары.	1			24.12.2024	
17	Чрезвычайные ситуации природного характера. Торфяные пожары.	1			14.01.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb0d96
18	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1			21.01.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb14e4
19	Чрезвычайные ситуации природного характера. Эпидемия. Пандемия.	1		1	28.01.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb1da4
20	Чрезвычайные ситуации природного характера. Эпидемия. Пандемия.	1			04.02.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb279a
21	Чрезвычайные ситуации природного характера. Эпизоотии, эпифитотии.	1			11.02.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e
22	Чрезвычайн	1			18.02.202	Библиотека ЦОК

	ые ситуации природного характера.				5	https://m.edsoo.ru/f5eb2d94
23	Сигнал «Внимание всем!», порядок действий населения при его получении.	1			25.02.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb3384
24	Сигнал «Внимание всем!», порядок действий населения при его получении.	1			04.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacc82
25	Эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций, порядок действий населения при объявлении эвакуации.	1			11.03.2025	
26	«Первая помощь» и обязанность по её оказанию.	1	1		18.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb37ee
27	Алгоритм оказания первой помощи.	1			25.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8
28	Порядок действий	1			08.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5e

	при оказании первой помощи в различных ситуациях.					b3f82
29	Порядок действий при оказании первой помощи в различных ситуациях.	1			15.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb4568
30	Порядок действий при оказании первой помощи в различных ситуациях.	1			22.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb46da
31	Смысл понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни», их содержание и значение для человека.	1			29.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb4842
32	Факторы, влияющие на здоровье человека, опасность вредных привычек.	1			06.05.2025	
33	Элементы здорового образа жизни, ответственно	1			13.05.2025	

	сть за сохранение здоровья.					
34	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа.	1	1		20.05.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb6192
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	3	1		

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 7 В КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Чрезвычайные ситуации природного характера и их классификация.	1			06.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac5d4
2	Классификация чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	1			13.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac746
3	Чрезвычайные ситуации природного характера. Землетрясен	1			20.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eac8c2

	ие.					
4	Чрезвычайные ситуации природного характера. Землетрясение.	1			27.09.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacc82
5	Чрезвычайные ситуации природного характера. Извержение вулканов.	1			04.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacdf4
6	Чрезвычайные ситуации природного характера. Обвалы. Оползни.	1			11.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eacf84
7	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1			18.10.2024	
8	Чрезвычайные ситуации природного характера. Ураганы, бури.	1	1		25.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5ead51a
9	Чрезвычайные ситуации природного характера. Серчи.	1			08.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5ead68c
10	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1			15.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eaeafa0
11	Чрезвычайные ситуации природного	1			22.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eaf78e

	характера. Наводнения.					
12	Чрезвычайные ситуации природного характера. Селевой поток.	1			29.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eaf946
13	Чрезвычайные ситуации природного характера. Цунами.	1			06.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb038c
14	Чрезвычайные ситуации природного характера. Снежные лавины.	1			13.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb06f2
15	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1			20.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb0a76
16	Чрезвычайные ситуации природного характера. Лесные, степные пожары.	1			27.12.2024	
17	Чрезвычайные ситуации природного характера. Торфяные пожары.	1			10.01.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb0d96
18	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1			17.01.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb14e4
19	Чрезвычайн	1		1	24.01.202	Библиотека ЦОК

	ые ситуации природного характера. Эпидемия. Пандемия.				5	https://m.edsoo.ru/f5eb1da4
20	Чрезвычайные ситуации природного характера. Эпидемия. Пандемия.	1			31.01.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb279a
21	Чрезвычайные ситуации природного характера. Эпизоотии, эпифитотии.	1			07.02.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e
22	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1			14.02.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb2d94
23	Сигнал «Внимание всем!», порядок действий населения при его получении.	1			21.02.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb3384
24	Сигнал «Внимание всем!», порядок действий населения при его получении.	1			28.02.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5ebacc82
25	Эвакуация населения в условиях чрезвычайны	1			07.03.2025	

	х ситуаций, порядок действий населения при объявлении эвакуации.					
26	«Первая помощь» и обязанность по её оказанию.	1	1		14.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb37ee
27	Алгоритм оказания первой помощи.	1			21.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8
28	Порядок действий при оказании первой помощи в различных ситуациях.	1			04.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb3f82
29	Порядок действий при оказании первой помощи в различных ситуациях.	1			11.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb4568
30	Смысл понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни», их содержание и значение для человека.	1			18.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f5eb46da
31	Факторы,	1			25.04.2025	Библиотека ЦОК

	влияющие на здоровье человека, опасность вредных привычек.					https://m.edsoo.ru/f5eb4842
32	Элементы здорового образа жизни, ответственность за сохранение здоровья.	1			16.05.2025	
33	Промежуточная аттестация. Итоговая контрольная работа.	1	1		23.05.2025	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		33	3	1		

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

I. Оборудование кабинета

№	Наименование	Место расположения	Количес- твенный показате- ль
Учебная мебель			
1.	Стол учащегося	Кабинет ОБИЗР	15
2.	Стул учащегося	Кабинет ОБИЗР	30
3.	Стол учителя	Кабинет ОБИЗР	1
4.	Стул учителя	Кабинет ОБИЗР	1
5.	Классная доска	Кабинет ОБИЗР	1
Технические средства обучения			
1.	Компьютер	Кабинет ОБИЗР	1
2.	Проектор	Кабинет ОБИЗР	1
3.	Принтер	Кабинет ОБИЗР	1
4.	Экран	Кабинет ОБИЗР	1
5.	Планшетный ПК	Кабинет ОБИЗР	1
Лабораторное оборудование			
1.	Прибор радиационной разведки	Лаборантская сейф	1
2.	Прибор химической разведки	Лаборантская сейф	1
3.	Бытовой дозиметр	Лаборантская Шкаф №2 Полка №2	1
4.	Компас	Лаборантская Шкаф №2 Полка №2	15
5.	Курвиметр	Лаборантская Шкаф №2 Полка №2	1

Оформление сменное			
1.	Строй взвода	Лаборантская	1
2.	Ручные гранаты	Лаборантская	1
3.	Подход начальника	Лаборантская	1
4.	Определение расстояний	Лаборантская	1
Учебно-материальная база			
Нормативно-правовые документы			
1.	Конституция Российской Федерации	Лаборантская Шкаф №2 Полка №4	1
2.	Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе»	Лаборантская Шкаф №2 Полка №4	1
3.	Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации	Лаборантская Шкаф №2 Полка №4	1
Учебно-материальная база по ГО			
Индивидуальные средства защиты органов дыхания			
1.	Гражданский противогаз (ГП-5)	Лаборантская Шкаф №2 Полка №2,4 Склад	20 140
2.	Детский противогаз	Лаборантская Шкаф №2 Полка №2	2
3.	Респиратор	Лаборантская Шкаф №2 Полка №2	30
4.	Противопыльные повязки	Лаборантская Шкаф №2 Полка №1	20
Индивидуальные средства защиты кожи			
1.	ОЗК/Л1	Лаборантская Шкаф №2 Полка №4	2/3
Индивидуальные медицинские средства			
1.	Аптечка индивидуальная-1	Лаборантская Шкаф №2 Полка №1	30

2.	Индивидуальный противохимический пакет (ИПП-8)	Лаборантская Шкаф №2 Полка №1	2
3.	Аптечка медицинская	Лаборантская Шкаф №2 Полка №1	1
4.	Аптечка лекарственных средств	Лаборантская Шкаф №2 Полка №1	1
5.	Сумки и комплекты медицинского имущества для оказания ПМП	Лаборантская Шкаф №2 Полка №1	1
6.	Сумка СМС	Лаборантская Шкаф №4	1
Перевязочные средства и шовные материалы, лейкопластыри:			
7.	бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 7 м x 14 см	Лаборантская Шкаф №2 Полка №1	2
8.	бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 5 м x 10 см	Лаборантская Шкаф №2 Полка №1	2
9.	вата медицинская компрессная	Лаборантская Шкаф №2 Полка №1	1
10.	косынка медицинская (перевязочная)	Лаборантская Шкаф №2 Полка №1	4
11.	повязка медицинская большая стерильная	Лаборантская Шкаф №2 Полка №1	1
12.	повязка медицинская малая стерильная	Лаборантская Шкаф №2 Полка №1	1
Медицинские предметы расходные:			
13.	булавка безопасная	Лаборантская Шкаф №2 Полка №1	1
14.	шина проволочная в(лестничная) для ног	Лаборантская Шкаф №2 Полка №1	1
15.	шина проволочная (лестничная) для рук	Лаборантская Шкаф №2 Полка №1	1
16.	шина фанерная длиной 1 м	Лаборантская Шкаф №2 Полка №1	1
17.	Врачебные предметы, аппараты и хирургические инструменты: жгут кровоостанавливающий эластичный	Лаборантская Шкаф №2 Полка №1	1

Санитарно-хозяйственное имущество инвентарное:			
18.	носилки санитарные	Лаборантская	1
19.	знак нарукавного Красного Креста	Лаборантская Шкаф №2 Полка №1	1
20.	лямка медицинская носилочная	Лаборантская Шкаф №2 Полка №1	1
21.	флаг Красного Креста	Лаборантская Шкаф №2 Полка №1	1
Учебно-материальная база по ОВС			
1.	Учебный автомат Калашникова (АК-74)	Лаборантская Сейф	2
2.	Макеты АК-74	Лаборантская Сейф	10
3.	Пневматическая винтовка	Лаборантская Сейф	6
4.	Пистолет пневматический	Лаборантская Сейф	2
5.	Стрелково-тренировочный прибор	Лаборантская Сейф	1
6.	Станок прицельный	Лаборантская Сейф	1
7.	Макет гранаты противотанковой	Лаборантская Сейф	1
8.	Переносной тир	Лаборантская	1

III. Методическое обеспечение кабинета

№	Наименование	Место расположения	Количество нный показатель
Электронные издания			
1.	Организационная структура Вооруженных Сил РФ	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
2.	Ордена России	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
3.	Текст Военной присяги	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
4.	Воинские звания и знаки различия	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
5.	Военная форма одежды	Кабинет ОБИЗР, ПК	1

6.	Мероприятия обязательной подготовки граждан к военной службе	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
7.	Военно-прикладные виды спорта	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
8.	ВУС солдат, матросов, сержантов и старшин	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
9.	Военные образовательные учреждения профессионального образования Министерства обороны Российской Федерации	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
10.	Тактико-технические характеристики вооружения и военной техники, находящихся на вооружении Российской армии и армий иностранных государств	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
11.	Несение караульной службы	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
12.	Мероприятия, проводимые при первоначальной постановке граждан на воинский учет	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
13.	Литература и наглядные пособия по военно-патриотическому воспитанию	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
14.	Нормативы по прикладной физической подготовке	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
15.	Нормативы по радиационной, химической и биологической защите	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
16.	Основы и правила стрельбы из стрелкового оружия	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
17.	Приемы и правила метания ручных гранат	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
18.	Мины Российской армии	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
19.	Фортификационные сооружения	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
20.	Индивидуальные средства защиты	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
21.	Приборы радиационной разведки	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
22.	Приборы химической разведки	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
23.	Организация и несение внутренней службы	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
24.	Строевая подготовка	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
25.	Оказание первой медицинской помощи	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
26.	Гражданская оборона	Кабинет ОБИЗР, ПК	1
Дидактический материал			
1.	Дидактический материал по курсу ОБИЗР.	Лаборантская	1

	10 – 11 класс. Наследухов А.В.	Шкаф №3 Полка №2	
Раздаточный материал			
1.	Тесты для проверки знаний для 5 – 11 классов	Лаборантская Шкаф №2 Полка №3	7
2.	Олимпиадные задания	Лаборантская Шкаф №2 Полка №3	20
3.	Материалы контрольного среза	Лаборантская Шкаф №2 Полка №3	4
Рабочие программы			
1.	Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности 5 классы	Лаборантская Шкаф №1 Полка №1	1
2.	Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности 6 классы	Лаборантская Шкаф №1 Полка №1	1
3.	Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности 7 классы	Лаборантская Шкаф №1 Полка №1	1
4.	Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности 8 классы	Лаборантская Шкаф №1 Полка №1	1
5.	Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности 9 классы	Лаборантская Шкаф №1 Полка №1	1
6.	Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности 10 классы	Лаборантская Шкаф №1 Полка №1	1
7.	Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности 11 классы	Лаборантская Шкаф №1 Полка №1	1
8.	Поурочное планирование 5-11 классы	Лаборантская Шкаф №1 Полка №1	7

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

- Основы безопасности жизнедеятельности, 10 класс/ Хренников Б.О., Гололобов Н.В., Льянская Л.И., Маслов М.В.; под ред. Егорова С.Н., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»
- Основы безопасности жизнедеятельности, 11 класс/ Хренников Б.О., Гололобов Н.В.,

Льянная Л.И., Маслов М.В.; под ред. Егорова С.Н., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

№	Наименование	Место расположения	Количество нный показатель
Методическая литература			
1.	Смирнов А.Т. Программа ОБИЗР	Лаборантская Шкаф №1 Полка №3	1
2.	Воробьев Ю.Л. Тематическое и поурочное планирование по ОБИЗР 10 кл.	Лаборантская Шкаф №1 Полка №3	1
3.	Воробьев Ю.Л. Тематическое и поурочное планирование по ОБИЗР 11 кл.	Лаборантская Шкаф №1 Полка №3	1
4.	Титов С.В. Тематические игры по ОБИЗР. Метод. пособие	Лаборантская Шкаф №1 Полка №3	1
5.	Наставления по стрелковому делу: Основы стрельбы из стрелкового оружия 7,62-мм (или 5,45-мм) модернизированный автомат Калашникова	Лаборантская Шкаф №1 Полка №3	1

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ

ИНТЕРНЕТ

Библиотека ЦОК

РЭШ

ЯКласс

Оценочные материалы
Итоговая контрольная работа по ОБИЗР за курс 5 класса. Демо-версия

Задание 1. Выполните тестовые задания.

I. Что такое здоровье?

1. Физическое благополучие
2. Душевное благополучие
3. Духовное благополучие
4. Социальное благополучие
5. Все перечисленное

II. Что из перечисленного не является показателем погоды?

1. Температура воздуха
2. Атмосферное давление
3. Ветер
4. Время

III. Что необходимо сделать с раной перед наложением повязки?

1. Обработать перекисью водорода
2. Промыть водой и обработать зеленкой
3. Обработать йодом

Задание 2. На рисунке изображены дети, которые дома шалили со спичками. Их действия создают опасность для их жизни и здоровью. Объясните, в чем заключается опасность.



Задание 3. Представьте, что вы гуляете в центре города в праздничный день. Видите перед собой толпу людей. Ответьте, что самое опасное при нахождении в толпе?

1. Двигаться по направлению движения толпы
2. Упасть
3. Вести себя спокойно

Задание 4. Рассмотрите картинку. Ответьте на вопросы.



1. Какие ошибки допускает пешеход?
2. Расскажите о правилах перехода через дорогу на нерегулируемых перекрестках.

Прочитайте текст.

Каждый человек должен знать и неукоснительно соблюдать правила поведения и меры безопасности на воде.

Купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но нет опасности перегрева. Температура воды должна быть не ниже 18-19 градусов, температура воздуха +20 +25 градусов.

Продолжительность купания зависит от температуры воздуха и воды, от влажности воздуха и силы ветра. Наиболее благоприятные условия купания - ясная безветренная погода, температура воздуха +25 и более градусов.

При длительном пребывании человека в воде и при переохлаждении могут возникнуть судороги. Чаще всего судороги охватывают икроножные мышцы. В этой ситуации нужно сделать глубокий вдох, погрузиться вертикально в воду с головой, выпрямить ноги, осуществить захват руками больших пальцев ног и сильно потянуть на себя. Следует помнить, что работа сведенной мышцей ускоряет исчезновение судорог. Устранив судороги, нужно плыть к берегу, поскольку они могут охватить мышцы снова. Если судороги охватили ноги, и их не удалось ликвидировать, нужно лечь на спину и плыть к берегу, работая руками. Если поражены руки, то работать нужно ногами. Главное в этой ситуации заключается в мобилизации всех сил на выход из создавшегося положения, подавление страха и паники.

(По материалам сайта МЧС России)

Задание 5. Какие условия считаются благоприятными для купания? От чего зависит продолжительность купания?

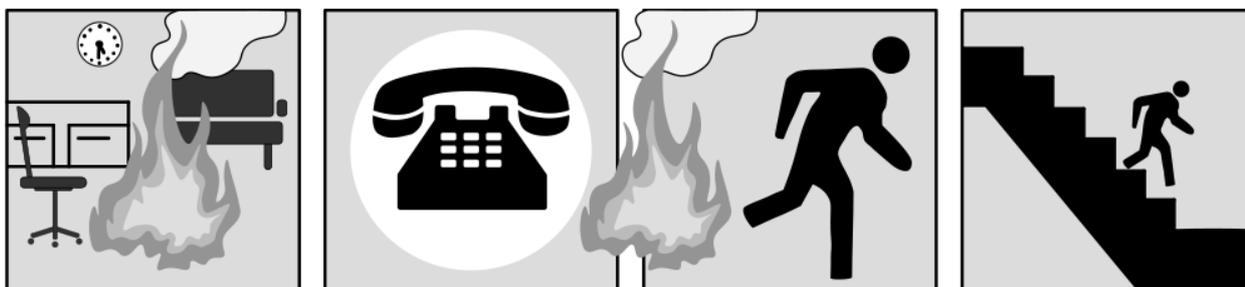
Задание 6. Что делать при судорогах?

Задание 7. Укажи стрелками номера телефонов из правой части таблицы соответствующие службам в левой части таблицы:

Скорая помощь		101	01
Служба газа		102	02

Единая служба спасения		103	03
Полиция		104	04
Пожарная охрана		112	112

Задание 8. Правила безопасного поведения при возникновении пожара в квартире. Пользуясь рисунком, сформулируйте и перечислите основные правила безопасного поведения при пожаре в квартире.



Итоговая контрольная работа по ОБИЗР за курс 6 класса. 1 вариант

Задание 1. Тест ЗОЖ

1. Установите соответствие в столбиках так, чтобы получились правила ЗОЖ

- | | |
|--------------|---------------------|
| А. Сочетай | 1. двигайся |
| Б. Правильно | 2. труд и отдых |
| В. Соблюдай | 3. питайся |
| Г. Больше | 4. вредных привычек |
| Д. Не заводи | 5. Чистоту |

2. Здоровый образ жизни - это:

- а) отсутствие вредных привычек и сбалансированное питание;
- б) индивидуальная система поведения, направленная на сохранение и укрепление здоровья;
- в) регулярная диета и занятия спортом;
- г) регулярное прохождения медицинского обследования.

Задание 2. На основе визуального представления практической жизненной ситуации выявить характерные признаки, явления, процессы. Опасные погодные явления.

Опасные погодные явления	Определения
А. Погода	1. Бурное ненастье с дождем, громом и молниями.

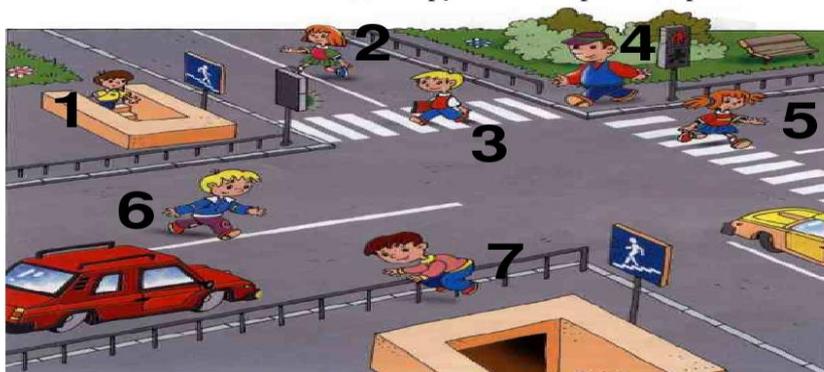
Б. Гроза	2. Это перенос снега ветром в приземном слое воздуха. Часто метель сопровождается снегопадом.
В. Метель	3. Это состояние атмосферы в определенном месте и в определенное время.

Ответ:

А	Б	В

Задание 3.

Кто из участников дорожного движения переходит дорогу правильно?
В чем состоит опасность для нарушителей правил дорожного



Прочитайте текст и выполните задания 4–6.

Не ходите в лес без взрослых, особенно если не знаете местности.

Если вы отправились в поход, не отставайте от группы и внимательно слушайте руководителя.

Чтобы не заблудиться, нужно иметь с собой компас, карту, GPS навигатор, если есть возможность, и обязательно уметь ими пользоваться. Оставляйте по дороге «зарубки»: надломленная ветка, привязанный к кусту кусок ткани могут сослужить службу и вам, и тому, кто будет помогать вам в случае чрезвычайной ситуации. Передвигаясь по местности, наметьте ориентир, к которому надо держать путь, а дойдя до него, выбирайте следующий.

Что делать, если вы потеряли ориентир? В первую очередь остановитесь, а не бегите куда попало. Вспомните приметы пройденного пути. Если есть возможность, влезьте на высокое дерево и осмотритесь. Что отличает местность, где вы находитесь (реки, просеки, деревни, железная дорога, близкие заводы с высокими трубами и т.п.)? Может быть, с высоты вы их увидите. Прислушайтесь: шум поезда, гудки автомобилей и другие звуки помогут сориентироваться. К жилью вас выведет лесная дорога или утоптанная тропинка. (Материалы с официального интернет-сайта МЧС России)

Задание 4. Что нужно делать если вы отправились в поход?

Задание 5. Что делать, если вы потеряли ориентир?

Задание 6. Запишите телефон экстренной службы, в которую можно обратиться, если вы обнаружили лесной пожар или заблудились.

Задание 7. Назовите телефоны экстренных служб.



Задание 8. МЧС даёт гражданам следующие рекомендации, как правильно действовать при возникновении пожара в квартире, доме.



Пользуясь графическим рисунком, сформулируйте и поясните каждую рекомендацию.

Задание 10. Во время похода в лес ваш друг упал с высокого оврага, жалуется на боль в руке. Движения в руке невозможны, виднеется деформация в области предплечья, открытой раны нет.

- 1) О какой травме идет речь?
- 2) Пользуясь подручными средствами окажите первую помощь. Запишите правильный ответ.

Итоговая контрольная работа по ОБИЗР за курс 7 класса. 1 вариант

Задание 1. Выполните тестовое задание. Выберите один из 5 вариантов ответа

Для поддержания здоровья важно...

- 1) Больше бывать на свежем воздухе
- 2) Вести здоровый образ жизни
- 3) Соблюдать правила личной гигиены
- 4) Заниматься спортом
- 5) Всё перечисленное выше

Задание 2. Сопоставьте определение с понятием. Укажите соответствие для всех 4 вариантов ответа:

Сопоставьте стадии стресса с их описанием.

- 1) Стадия мобилизации
- 2) Стадия сопротивления
- 3) Стадия истощения

А. В этой стадии у человека возникает тревога на действие стрессора, которая активизирует организм, готовя его к защите или бегству.

Б. Переход организма в эту стадию происходит в случае продолжительного воздействия стрессоров.

В. В этой стадии мобилизуются все системы организма, а физиологические и психологические процессы переводятся на более высокий уровень.

Г. Эта стадия наступает тогда, когда минует непосредственная опасность для человека.

<u>А</u>	<u>Б</u>	<u>В</u>	<u>Г</u>

Задание 3. На рисунке изображён мальчик, который разговаривает с незнакомым человеком по телефону. Этими действиями он создаёт опасность для своей жизни и здоровья.

Объясните, в чём заключается опасность. Подскажи мальчику любые 2 правила безопасного поведения.



Задание 4. На рисунке изображён мальчик, которого землетрясение застало в помещении.

Как лучше действовать мальчику, чтобы избежать при этом опасности? Назовите не менее трёх действий.



Прочитайте текст и выполните задания по тексту 5-7

Если Вы получили предупреждение о сильной метели, плотно закройте окна, двери, чердачные люки и вентиляционные отверстия. Стекла окон оклейте бумажными лентами, закройте ставнями или щитами. Подготовьте двухсуточный запас воды и пищи, запасы медикаментов, средств автономного освещения (фонари, керосиновые лампы, свечи), походную плитку, радиоприемник на батарейках. Уберите с балконов и подоконников вещи, которые могут быть захвачены воздушным потоком.

Включите радиоприемники и телевизоры – по ним может поступить новая важная информация. Подготовьтесь к возможному отключению электроэнергии. Перейдите из легких построек в более прочные здания. Подготовьте инструмент для уборки снега.

Если в условиях сильных заносов Вы оказались блокированным в помещении, осторожно, без паники выясните, нет ли возможности выбраться из-под заносов самостоятельно (используя имеющийся инструмент и подручные средства). Сообщите в

управление по делам ГО и ЧС или в администрацию населенного пункта о характере заносов и возможности их самостоятельной разборки. Если самостоятельно разобрать снежный занос не удастся, попытайтесь установить связь со спасательными подразделениями. Включите радиотрансляционный приемник (телевизор) и выполняйте указания местных властей. Примите меры к сохранению тепла и экономному расходованию продовольственных запасов.

(Материалы с официального интернет-сайта МЧС России)

Задание 5. Какие мероприятия следует проводить при поступлении информации о метелях и заносах? Назовите не менее трёх мероприятий.

Задание 6. Что надо делать, если ураган, метель застали вас дома? Назовите не менее трёх действий.

Задание 7. Какие действия нужно предпринять если самостоятельно не удастся разобрать занос? Назовите не менее двух действий.

Задание 8. Запишите телефоны экстренных служб, в которые можно обратиться, если вы оказались в эпицентре лавины; вулкана.

Задание 9. Федеральное агентство лесного хозяйства «Российский центр защиты леса» разработало памятку «Правила поведения в лесу». Пользуясь рисунком, сформулируйте правила поведения к рисункам 1-4.



Задание 10. Решите ситуационную задачу. По сигналу «Внимание всем!» вы прослушали сообщение: «Внимание! Говорит штаб ГО города! Граждане! В связи с повышением уровня в реке (Урал) ожидается затопление домов по улицам... (называются улицы). Населению, проживающему по этим улицам...» Связь оборвалась. Что вы будете делать, если находитесь дома один. Назовите не менее двух действий.

