

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство общего и профессионального образования**

**Ростовской области**

**Муниципальное образование «Мартыновский район»**

**МБОУ - СОШ № 9 х. Денисов**

**РАССМОТРЕНО**

Педагогическим советом

Протокол № 1  
от «25» августа 2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Руководителем МО  
учителей-предметников

\_\_\_\_\_ Андриянова Е. М.

Протокол № 1  
от «24» августа 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор

\_\_\_\_\_ Кравцова Г. Н.

Приказ № 128од  
от «25» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 389256)

**учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

для обучающихся 5-9 классах

**х. Денисов 2023**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности (далее – ОБЖ) 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 ОБЖ, 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.

В Программе содержание учебного предмета ОБЖ структурно представлено десятью модулями (тематическими линиями), обеспечивающими непрерывность изучения предмета на уровне основного общего образования и преемственность учебного процесса на уровне среднего общего образования:

### **5 класс**

модуль № 1 «Введение в предмет»;

модуль № 2 «Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя»;

модуль № 3 «Мой безопасный дом»;

модуль № 4 «Школьная жизнь»;

### **6 класс**

модуль №1 «Правила поведения на игровой площадке».

модуль №2 «Безопасность в обществе».

Модуль №3 «На природе».

### **7 класс**

модуль №1 Введение. «Основы безопасности жизнедеятельности». Это нужно знать.

модуль №2 «Здоровый образ жизни. Что это?»

модуль №3 «Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни».

### **8 класс**

модуль №1 «Введение. Основы безопасности жизнедеятельности».

модуль №2 «Это нужно знать».

модуль №3 «Здоровый образ жизни. Что это?»  
модуль №4 «Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни».  
модуль №5 «Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе».  
модуль №6 «Современный транспорт и безопасность».  
модуль №7 «Правила поведения участников дорожного движения»

#### **9 класс**

модуль №1 «Безопасный туризм»  
модуль №2 «Когда человек сам себе враг».  
модуль №3 «Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера»  
модуль №4 «Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации».

В целях обеспечения системного подхода в изучении учебного предмета ОБЖ на уровне основного общего образования Программа предполагает внедрение универсальной структурно-логической схемы изучения учебных модулей (тематических линий) в парадигме безопасной жизнедеятельности: «предвидеть опасность → по возможности её избегать → при необходимости действовать». 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 ОБЖ 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 ОБЖ 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 ОБЖ 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 ОБЖ 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 ОБЖ несколько скорректированы. Он входит в предметную область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности», является обязательным для изучения на уровне основного общего образования. Изучение ОБЖ 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 техносоциальной и информационной среде, способствует проведению мероприятий профилактического характера в сфере безопасности.

## **ЦЕЛЬ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Целью изучения учебного предмета ОБЖ 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**

В соответствии с календарным учебным графиком на 2023 - 2024 учебный год, учебным планом на 2023 - 2024 учебный год, расписанием занятий, общее число часов, отведенных на изучение ОБЖ, составляет 204 часа: в 5 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 6 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 7 классе – 34 часа (1 час в неделю), в 8 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 9 классе – 34 часа (1 час в неделю).

Имеются отступления от программы в 8 классе – изменено количество часов, введен региональный компонент – раздел «Правила дорожного движения» 14 часов.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **5 класс**

#### **Модуль №1 «Введение в предмет»**

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».

#### **Модуль №2 «Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя»**

Особенности организма человека. Организм человека как единое целое. Функции разных систем органов тела. Почему нужно знать свой организм. Укрепление нервной системы, тренировка сердца, дыхательной системы. Принципы рационального питания. Первая помощь при отравлении и пищевой аллергии. Здоровье органов чувств. Охрана органов чувств. Первая помощь при попадании в глаз инородного тела. Как вести здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье. Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши). Движение — это жизнь. Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности. Закаливание как условие сохранения и укрепления здоровья. Правила закаливания младшего подростка. Компьютер и здоровье. Правила безопасного пользования компьютером. Виды занятий, снимающих утомление.

#### **Модуль №3 «Мой безопасный дом»**

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

#### **Модуль №4 «Школьная жизнь»**

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

Правила поведения в школе. Общие правила поведения в школьном помещении и во дворе школы. Поведение на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой. Может ли общение привести к беде. Первая помощь при сотрясении мозга, ушибах и кровотечении. Помощь заболевшему ребёнку.

Ориентирование в школьных помещениях. Меры предупреждения пожаров, правила эвакуации при пожаре. Помощь при отравлении угарным газом и при ожогах. Информационная безопасность.

### **6 класс**

#### **Модуль №1 Правила поведения на игровой площадке.**

Подготовка к прогулке: выбор обуви и одежды. Поведение на игровой площадке.

Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием, при езде на велосипеде, роликовых коньках и пр. Зимние игры. Безопасность катания на санках и ледянках. Предусмотрительность и осторожность во время игр. Особенности поведения на игровой площадке при условии близости игровой зоны для самых маленьких детей. Правила проведения спортивных игр (футбол, волейбол, хоккей и др.) при небольших размерах игровой площадки и близости дороги или шоссе. Оказание первой помощи при ушибах, вывихах, переломах.

Животные на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой. Способность определить её настроение по позе и поведению. Предусмотрительность и осторожность. Первая помощь при укусе собаки.

### **Модуль №2 «Безопасность в обществе»**

Какие конфликты возникают в социуме. Шантаж и угрозы - социальные опасности. Чрезвычайные ситуации социального характера. Роль государства и общества в обеспечении безопасности жизни и здоровья граждан РФ. Информационная безопасность.

### **Модуль №3 «На природе»**

Ориентирование на местности. Что такое ориентир. Ориентирование по компасу, Солнцу, часам, полярной звезде местным признакам. Измерение расстояния на местности. Опасности, которые могут встретиться в природе. Общие правила поведения в лесу, на водоёме. Правила поведения при экстремальных ситуациях (потеря ориентиров на незнакомой местности и др.). Правила поведения при встрече с опасными животными (насекомые, змеи, звери). Действия человека, которого укусила оса (клещ, змея). Опасности, которые таит вода. Выбор места для купания и его оценка. Правила безопасного поведения на воде при купании, катании на лодке. Оценка состояния льда в осеннее и весеннее время года. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные препятствия. Предусмотрительность и осторожность во время преодоления водных препятствий.

### **7 класс**

#### **Модуль №1 Введение. «Основы безопасности жизнедеятельности». Это нужно знать.**

Почему человеку необходимы знания о безопасности жизни? Задачи предмета ОБЖ. Что такое чрезвычайная ситуация, классификация чрезвычайных ситуаций. При каких условиях можно избежать или хотя бы уменьшить отрицательные последствия чрезвычайных ситуаций?

#### **Модуль №2 «Здоровый образ жизни. Что это такое?»**

Что такое репродуктивное здоровье. Влияние семьи на здоровье подрастающего поколения, его психическое и эмоциональное благополучие. Социальные (общественные) институты и организации, участвующие в охране жизни и здоровья граждан. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Физическое здоровье и условия его сохранения.

Психическое здоровье человека. Эмоциональное благополучие и здоровье человека. Внешние признаки здорового человека: уверенная походка, правильная осанка, приятное выражение лица, активность. Факторы, определяющие физическое здоровье человека: наследственность, экология, условия проживания, медицинское обслуживание, желание и воля человека. Физическая культура и здоровье. Психическое здоровье и условия его сохранения: осознание человеком своего «Я», объективная оценка своих возможностей, способностей, успешности деятельности. Адекватность реакций на различные жизненные ситуации, способность к самооценке, самоуправлению с учётом социальных норм и правил; стремление планировать свою жизнедеятельность при смене жизненных ситуаций, в том числе при чрезвычайных.

Социальные факторы, отрицательно воздействующие на психическое здоровье человека: социальные конфликты, нестабильность в обществе, нарушение взаимоотношений людей и др. Эмоциональное здоровье подростка и условия его сохранения: благополучная адаптация к коллективу сверстников, демократический стиль отношений со взрослыми и сверстниками, интересная познавательная среда, объективная самооценка, правильная организация жизни и деятельности и др. Негативные факторы воздействия на эмоциональное здоровье и благополучие подростка: проблемы в семейных отношениях,

неумение общаться (дружить), неблагоприятный школьный климат, необъективная оценка своего «Я» и др.

### **Модуль №3 «Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни».**

Причины и последствия пожара. Правила пожарной безопасности. Правила поведения при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Меры безопасности при пользовании пиротехникой. Чрезвычайные ситуации в быту. Безопасность при использовании бытового газа, предметов бытовой химии. Правила поведения при заливе квартиры. Правила пользования электроприборами.

Предвидение опасностей при выборе места отдыха. Внимательное отношение к объявлениям технических, экологических, санитарных служб. Поведение на улицах населённого пункта. Опасное время суток. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении.

Неразорвавшиеся боеприпасы. Экстремальные виды спорта и развлечений. Способность предвидеть последствия своего поведения, умение справиться с эмоциями при выборе занятий и развлечений.

## **8 класс**

### **Модуль №1 «Введение. Основы безопасности жизнедеятельности».**

#### **Модуль №2 «Это нужно знать»**

Проблема здорового образа жизни. Как её решали в древности. Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ.

#### **Модуль №3 «Здоровый образ жизни. Что это?»**

Зависит ли здоровье от образа жизни? Образ жизни. Слагаемые здоровья.

Физическое здоровье человека. Значение физической культуры для здоровья человека. Что такое физическое здоровье. Физическая культура и служба в армии.

Закаливание — способ тренировки организма. Виды закаливания. Правила гигиены.

Правильное питание. Характеристика жиров, белков и углеводов. Режим питания.

Питаемся правильно. Продукты питания как экологический фактор. Питание и болезни.

Диета. Психическое здоровье человека. Показатели психического здоровья и нездоровья.

Влияние воли на эмоциональное состояние человека. Правильная организация жизнедеятельности. Воздействие шумов на организм человека. Компьютер и здоровье. Информационная безопасность.

Социальное здоровье человека. Что такое социальное здоровье человека. Общение. Правила коммуникации. Учение — социально важная деятельность. Круг интересов человека. Фанаты и поклонники. Репродуктивное здоровье подростков и его охрана.

Определение репродуктивного здоровья. Половое созревание. Особенности развития мальчиков и девочек (юношей и девушек). Риски старшего подросткового возраста.

#### **Модуль №4 «Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни».**

Как вести себя при пожаре. Причины и последствия пожаров. Поражающие факторы пожара. Правила пожарной безопасности. Средства пожаротушения. Безопасность во время праздничных фейерверков. Можно ли тушить пожар самостоятельно? Правила эвакуации из горящего здания. Помощь при ожогах.

Чрезвычайные ситуации в быту. Утечка газа. Отравление угарным газом. Бытовая химия.

Правила хранения в помещении опасных жидкостей. Правила поведения с немаркированными ёмкостями. Отравление ядохимикатами. Первая помощь при отравлении опасными жидкостями и ядохимикатами.

Залив жилища. Опасное электричество. Первая помощь при электротравмах. Разумная предосторожность. Досуг в городе; каких мест лучше избегать. Как вести себя на улице.

Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Что делать, если произошло нападение.

Самооборона. Вам звонят в дверь.

Расширение кругозора. Уголовный кодекс РФ о проникновении в чужое жилище.



Опасные игры. Места, где играть запрещено. Опасности, которые скрывает карьер. Неразорвавшиеся боеприпасы. Экстрим в игре и спорте. Первая медицинская помощь при переломах.

#### **Модуль №5 «Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе».**

Лес — это серьезно. Ядовитые растения. Несъедобные и съедобные для человека грибы. Правила сбора грибов, которые помогут избежать отравления. Правила грибной кулинарии. Первая помощь при отравлении грибами. Дикие животные. Насекомые. Осторожно змеи. Гроза в лесу. Правила поведения при грозе. Водоём зимой и летом. Опасные ситуации на воде, причины возникновения. Правила отдыха на воде, правила катания на лодке. Помощь утопающему. Как спастись, если провалился под лед. Первая медицинская помощь спасенному из проруби. Правила зимней рыбалки.

#### **Модуль №6 «Современный транспорт и безопасность».**

Транспорт в современном мире. Чрезвычайные ситуации на дорогах. Опасные игры на дорогах. Первая помощь при травмах. Опасные ситуации в метро. Авиакатастрофы. Железнодорожные катастрофы. Зацепинг. Террористические акты на транспорте.

#### **Модуль №7 «Правила поведения участников дорожного движения»**

Историю ПДД. Основные термины ПДД. Основные права и обязанности участников дорожного движения. ДТП. Причины. Перевозка учащихся. Правила пешеходов. Дорожные знаки. Виды. Запрещающие, предупреждающие знаки. Знаки приоритета, сервиса. Предписывающие, информационные знаки. Виды транспорта. Назначение и место установки номерных и опознавательных знаков и надписей на ТС. Виды травм. Причины. Иметь навыки оказания первой помощи пострадавшим в ДТП. Горизонтальную и вертикальную разметку на дороге. Иметь представление о дисциплине на дороге. Тормозной и остановочный пути ТС. От чего зависит тормозной путь ТС. Правила вождения велосипедов и мопедов. Значение автомобильного транспорта для экономики страны.

### **9 класс**

#### **Модуль №1 «Безопасный туризм»**

Виды активного туризма: пеший, водный, лыжный, горный, конный, парусный, вело-, спелео-, авто-, мото- и другие опасности, подстерегающие туриста. Обязанности туриста в туристской группе. Зависимость безопасности в туристском походе от подготовленности каждого туриста и всей туристской группы. Объективные трудности турпохода. Субъективные трудности турпохода. Движение по туристскому маршруту. Правила безопасности в туристском походе.

Преодоление естественных препятствий. Рациональное распределение группового снаряжения между участниками похода. Требования к составлению графика движения туристской группы.

Туризм и экология окружающей среды. Обеспечение безопасности при переправах через реки.

Способы переправы через водотоки (реки): «вброд», «на плав средствах», «над водой», «вплавь», «по льду». Алгоритм проведения разведки перед преодолением естественного препятствия.

Распределение ролей между участниками похода при организации переправ. Если турист отстал от группы... Алгоритм (правила) обеспечения собственной безопасности туриста, который оказался в лесу один (отстал от группы). Состав индивидуального аварийного набора туриста. Действия туристской группы в ЧС по организации поиска туриста, отставшего от группы. Основные правила безопасности при выборе места для

организации бивуака туристской группы. Требования безопасности к бивуаку туристской группы при организации вынужденной остановки на ночлег. Типы костров, используемых в туризме, и их назначение. Правила разведения костров. Подготовка к водному туристскому походу. Правила безопасного поведения в водном походе. Требования к специальному личному туристскому снаряжению в водном походе. Правила безопасности в путешествиях с использованием плав средств. Узлы в туристском походе. Функции, свойства и особенности узлов, используемых туристами в путешествиях. Требования к узлам, продиктованные практикой их применения в походных условиях. Положительные качества и недостатки разных видов узлов, используемых в походах.

Расширение кругозора. Требования к подбору рюкзака для туристского похода.

### **Модуль №2 «Когда человек сам себе враг».**

Почему курят подростки? История курения. Чем опасен сигаретный дым? Влияние курения на растущий организм. Алкоголь и здоровье. Отношение школьников к употреблению спиртных напитков. Воздействие алкоголя на организм человека. Психологическая готовность к неприятию алкоголя. Первая помощь при отравлении алкоголем. Что такое наркотики и наркомания? Воздействие наркотиков на организм человека. Токсикомания - страшная зависимость.

### **Модуль № 3 «Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера»**

Определение чрезвычайной ситуации. Классификация чрезвычайных ситуаций. Система оповещения. Общие правила эвакуации.

Что такое землетрясение. Степень воздействия сейсмических волн. Прогнозирование землетрясений. Признаки землетрясения. Правила поведения во время землетрясения. Извержение вулкана грозное стихийное явление. Признаки начала извержения. Поведение во время извержения вулкана.

Что такое сели, оползни и обвалы. Причины их образования. Поведение при угрозе схода селей, снежных лавин и оползней и обвалов.

Что такое ураганы, бури, смерчи, цунами, чем они опасны. Поведение при угрозе их приближения.

Причины возникновения наводнений. Меры по предупреждению последствий наводнений. Эвакуация перед наводнением и во время его. Действия перед наводнением и при наводнении.

Природные пожары, их причины. Виды лесных пожаров. Действия при лесном пожаре.

Причины и виды техногенных ЧС. Аварии на коммунальных системах жизнеобеспечения. Аварии с утечкой химических и радиоактивных веществ. Аварии на гидродинамических объектах. Правила поведения при авариях различного вида

### **Модуль № 4 «Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации».**

Что такое экстремизм и терроризм. Крайнее проявление экстремизма. Терроризм .Как снизить угрозу теракта. Угроза взрыва в местах массового скопления людей .Правила поведения во время взрыва и после него. Взятие в заложники и правила поведения в этом случае. Взрывы в жилых домах-теракты. Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму. Положения Федерального закона «О противодействии терроризму». Что такое национальная безопасность Российской Федерации. Условия обеспечения национальной безопасности России. Информационная безопасность.

## **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 демонстрировать 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 ОБЖ, 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, исключающего 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 ОБЖ, 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 ОБЖ, должны отражать:

### **1. Овладение универсальными познавательными действиями.**

#### Базовые логические действия:

выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);

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

с 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 ОБЖ, по учебным модулям:

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
5 КЛАСС**

| № п/п                               | Наименование разделов и тем программы                  | Количество часов |                    |                     | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы  |
|-------------------------------------|--|------------------|--------------------|---------------------|---|
|                                     |  | Всего            | Контрольные работы | Практические работы |   |
| 1                                   | Модуль № 1 «Введение в предмет»;                       | 1                |                    |                     | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a> |
| 2                                   | Модуль №2 «Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя» | 12               | 1                  |                     | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a> |
| 3                                   | Модуль №3 «Мой безопасный дом»                         | 5                |                    |                     | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a> |
| 4                                   | Модуль №4 «Школьная жизнь»                             | 16               | 1                  |                     | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a> |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |  | 34               | 2                  | 0                   |   |

**6 КЛАСС**

| № п/п                               | Наименование разделов и тем программы            | Количество часов |                    |                     | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы  |
|-------------------------------------|--|------------------|--------------------|---------------------|---|
|                                     |  | Всего            | Контрольные работы | Практические работы |   |
| 1                                   | Модуль №1 Правила поведения на игровой площадке. | 7                |                    |                     | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f41b590">https://m.edsoo.ru/7f41b590</a> |
| 2                                   | Модуль №2 «Безопасность в обществе»              | 6                |                    |                     | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f41b590">https://m.edsoo.ru/7f41b590</a> |
| 3                                   | Модуль № 3 «На природе»                          | 21               | 1                  |                     | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f41b590">https://m.edsoo.ru/7f41b590</a> |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |  | 34               | 1                  | 0                   |   |

## 7 КЛАСС

| № п/п                               | Наименование разделов и тем программы   | Количество часов |                    |                     | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы  |
|-------------------------------------|---|------------------|--------------------|---------------------|---|
|                                     |   | Всего            | Контрольные работы | Практические работы |   |
| 1                                   | Модуль №1 Введение. «Основы безопасности жизнедеятельности». Это нужно знать. | 2                |                    |                     | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f41b590">https://m.edsoo.ru/7f41b590</a> |
| 2                                   | Модуль №2 «Здоровый образ жизни. Что это такое?»                              | 14               | 1                  |                     | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f41b590">https://m.edsoo.ru/7f41b590</a> |
| 3                                   | Модуль №3 «Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни».               | 18               |                    |                     | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f41b590">https://m.edsoo.ru/7f41b590</a> |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |   | 34               | 1                  | 0                   |   |

## 8 КЛАСС

| № п/п                               | Наименование разделов и тем программы                           | Количество часов |                    |                     | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы  |
|-------------------------------------|---|------------------|--------------------|---------------------|---|
|                                     |   | Всего            | Контрольные работы | Практические работы |   |
| 1                                   | Модуль №1 «Введение. Основы безопасности жизнедеятельности».    | 1                |                    |                     | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f41b590">https://m.edsoo.ru/7f41b590</a> |
| 2                                   | Модуль №2 «Это нужно знать»                                     | 3                |                    |                     | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f41b590">https://m.edsoo.ru/7f41b590</a> |
| 3                                   | Модуль №3 «Здоровый образ жизни. Что это?»                      | 13               |                    |                     | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f41b590">https://m.edsoo.ru/7f41b590</a> |
| 4                                   | Модуль №4 «Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни». | 16               | 1                  |                     | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f41b590">https://m.edsoo.ru/7f41b590</a> |
| 5                                   | Модуль №5 «Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе».   | 12               |                    |                     | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f41b590">https://m.edsoo.ru/7f41b590</a> |
| 6                                   | Модуль №6 «Современный транспорт и безопасность».               | 9                |                    |                     | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f41b590">https://m.edsoo.ru/7f41b590</a> |
| 7                                   | Модуль №7 «Правила поведения участников дорожного движения»     | 14               | 1                  |                     | www.pdd.com   |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |   | 68               | 2                  | 0                   |   |

**9 КЛАСС**

| № п/п                               | Наименование разделов и тем программы   | Количество часов |                    |                     | Электронные (цифровые) образовательные ресурсы  |
|-------------------------------------|---|------------------|--------------------|---------------------|---|
|                                     |   | Всего            | Контрольные работы | Практические работы |   |
| 1                                   | Модуль №1 «Безопасный туризм»   | 10               |                    |                     | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f41b590">https://m.edsoo.ru/7f41b590</a> |
| 2                                   | Модуль №2 «Когда человек сам себе враг».  | 6                | 1                  |                     | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f41b590">https://m.edsoo.ru/7f41b590</a> |
| 3                                   | Модуль № 3 «Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера»                                    | 10               |                    |                     | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f41b590">https://m.edsoo.ru/7f41b590</a> |
| 4                                   | Модуль № 4 «Чрезвычайные ситуации социального характера. Национальная безопасность Российской Федерации». | 8                | 1                  |                     | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/7f41b590">https://m.edsoo.ru/7f41b590</a> |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |   | 34               | 2                  | 0                   |   |

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
5 КЛАСС**

| № п/п | Тема урока  | Количество часов |                    |                     | Дата изучения | Электронные цифровые образовательные ресурсы  |
|-------|---|------------------|--------------------|---------------------|---------------|---|
|       |   | Всего            | Контрольные работы | Практические работы |               |   |
| 1     | Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». | 1                |                    |                     | 07.09         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eac5d4">https://m.edsoo.ru/f5eac5d4</a> |
| 2     | Организм человека и его безопасность.                                 | 1                |                    |                     | 14.09         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a> |
| 3     | Укрепляем нервную систему.  | 1                |                    |                     | 21.09         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eac8c2">https://m.edsoo.ru/f5eac8c2</a> |
| 4     | Тренируем сердце.   | 1                |                    |                     | 28.09         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eacc82">https://m.edsoo.ru/f5eacc82</a> |
| 5     | Развиваем дыхательную систему.  | 1                |                    |                     | 05.10         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eacdf4">https://m.edsoo.ru/f5eacdf4</a> |
| 6     | Питаемся правильно.   | 1                |                    |                     | 12.10         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eacf84">https://m.edsoo.ru/f5eacf84</a> |
| 7     | Здоровье органов чувств.  | 1                |                    |                     | 19.10         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb06f2">https://m.edsoo.ru/f5eb06f2</a> |
| 8     | Психологическое здоровья человека.                                    | 1                |                    |                     | 26.10         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5ead51a">https://m.edsoo.ru/f5ead51a</a> |
| 9     | Социальное здоровье человека.   | 1                |                    |                     | 09.11         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5ead68c">https://m.edsoo.ru/f5ead68c</a> |
| 10    | Как вести здоровый образ жизни.                                       | 1                |                    |                     | 16.11         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eaefa0">https://m.edsoo.ru/f5eaefa0</a> |
| 11    | Движение это жизнь.   | 1                |                    |                     | 23.11         | Библиотека ЦОК  |



|    |  |   |   |  |       |   |
|----|--|---|---|--|-------|---|
|    |  |   |   |  |       | <a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf78e">https://m.edsoo.ru/f5eaf78e</a>                   |
| 12 | Поговорим о закаливании.                             | 1 |   |  | 30.11 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf946">https://m.edsoo.ru/f5eaf946</a> |
| 13 | Компьютер и здоровье.                                | 1 |   |  | 07.12 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb038c">https://m.edsoo.ru/f5eb038c</a> |
| 14 | Наводим в доме чистоту.                              | 1 |   |  | 14.12 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb06f2">https://m.edsoo.ru/f5eb06f2</a> |
| 15 | Контрольная работа.                                  | 1 | 1 |  | 21.12 |   |
| 16 | Дела домашние: техника безопасности                  | 1 |   |  | 28.12 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a> |
| 17 | Безопасное электричество.                            | 1 |   |  | 11.01 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0d96">https://m.edsoo.ru/f5eb0d96</a> |
| 18 | Безопасный газ.                                      | 1 |   |  | 18.01 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb14e4">https://m.edsoo.ru/f5eb14e4</a> |
| 19 | Виды современного транспорта.                        | 1 |   |  | 25.01 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb1da4">https://m.edsoo.ru/f5eb1da4</a> |
| 20 | Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения. | 1 |   |  | 01.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb279a">https://m.edsoo.ru/f5eb279a</a> |
| 21 | Дорожное движение в населенном пункте.               | 1 |   |  | 08.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e">https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e</a> |
| 22 | Какие правила должен соблюдать пешеход.              | 1 |   |  | 15.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb2d94">https://m.edsoo.ru/f5eb2d94</a> |
| 23 | Если вы –пассажир.                                   | 1 |   |  | 22.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3384">https://m.edsoo.ru/f5eb3384</a> |
| 24 | Правила поведения в школе.                           | 1 |   |  | 29.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eacc82">https://m.edsoo.ru/f5eacc82</a> |
| 25 | Может ли общение привести к беде.                    | 1 |   |  | 07.03 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a> |

|                                     |   |    |   |   |       |   |
|-------------------------------------|---|----|---|---|-------|---|
| 26                                  | Медицинская страничка.                                | 1  |   |   | 14.03 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb37ee">https://m.edsoo.ru/f5eb37ee</a> |
| 27                                  | Заболевший в школе.                                   | 1  |   |   | 28.03 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8">https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8</a> |
| 28                                  | Правила поведения при пожаре.                         | 1  |   |   | 04.04 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3f82">https://m.edsoo.ru/f5eb3f82</a> |
| 29                                  | Если в школе пожар. При отравлении угарным газом.     | 1  |   |   | 11.04 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb4568">https://m.edsoo.ru/f5eb4568</a> |
| 30                                  | Причины возгорания пожара.                            | 1  |   |   | 18.04 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |
| 31                                  | Контрольная работа.                                   | 1  | 1 |   | 25.04 |   |
| 32                                  | Средства пожаро – тушения.                            | 1  |   |   | 02.05 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8">https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8</a> |
| 33                                  | Информационная безопасность.                          | 1  |   |   | 16.05 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a> |
| 34                                  | Обобщение знаний по материалу, изученному в 5 классе. | 1  |   |   | 23.05 |   |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |   | 34 | 2 | 0 |       |   |

## 6 КЛАСС

| № п/п | Тема урока   | Количество часов |                    |                     | Дата изучения | Электронные цифровые образовательные ресурсы  |
|-------|--|------------------|--------------------|---------------------|---------------|---|
|       |  | Всего            | Контрольные работы | Практические работы |               |   |
| 1     | Подготовка к прогулке. Как вести себя на игровой площадке.     | 1                |                    |                     | 07.09         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a> |
| 2     | Вы катаетесь на велосипеде.                                    | 1                |                    |                     | 14.09         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf78e">https://m.edsoo.ru/f5eaf78e</a> |
| 3     | Зимние игры.   | 1                |                    |                     | 21.09         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf946">https://m.edsoo.ru/f5eaf946</a> |
| 4     | О переломах и вывихах.   | 1                |                    |                     | 28.09         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eafef0">https://m.edsoo.ru/f5eafef0</a> |
| 5     | Первая помощь при переломах.                                   | 1                |                    |                     | 05.10         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eafd42">https://m.edsoo.ru/f5eafd42</a> |
| 6     | Собака не всегда друг.   | 1                |                    |                     | 12.10         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0210">https://m.edsoo.ru/f5eb0210</a> |
| 7     | Обобщение по теме: Правила поведения на игровой площадке.      | 1                |                    |                     | 19.10         |   |
| 8     | Какие конфликты возникают в социуме.                           | 1                |                    |                     | 26.10         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0c10">https://m.edsoo.ru/f5eb0c10</a> |
| 9     | Шантаж и угрозы –социальные опасности.                         | 1                |                    |                     | 09.11         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb14e4">https://m.edsoo.ru/f5eb14e4</a> |
| 10    | Чрезвычайные ситуации социального характера.                   | 1                |                    |                     | 16.11         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0efe">https://m.edsoo.ru/f5eb0efe</a> |
| 11    | Роль государства и общества в обеспечении безопасности жизни и | 1                |                    |                     | 23.11         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb1ac0">https://m.edsoo.ru/f5eb1ac0</a> |

|    |  |   |   |  |       |   |
|----|--|---|---|--|-------|---|
|    | здоровья граждан РФ.                                     |   |   |  |       |   |
| 12 | Информационная безопасность.                             | 1 |   |  | 30.11 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb1da4">https://m.edsoo.ru/f5eb1da4</a> |
| 13 | Обобщение по теме: Безопасность в обществе.              | 1 |   |  | 07.12 |   |
| 14 | Умеете ли вы ориентироваться. Ориентирование по компасу. | 1 |   |  | 14.12 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 15 | Контрольная работа.                                      | 1 | 1 |  | 21.12 |   |
| 16 | Ориентирование без компаса.                              | 1 |   |  | 28.12 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a> |
| 17 | Определение сторон света по Полярной звезде.             | 1 |   |  | 11.01 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3078">https://m.edsoo.ru/f5eb3078</a> |
| 18 | Определение сторон света по местным признакам.           | 1 |   |  | 18.01 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb350a">https://m.edsoo.ru/f5eb350a</a> |
| 19 | Если вы заблудились в лесу.                              | 1 |   |  | 25.01 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb367c">https://m.edsoo.ru/f5eb367c</a> |
| 20 | Как подать сигналы о помощи.                             | 1 |   |  | 01.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8">https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8</a> |
| 21 | Костры виды костров.                                     | 1 |   |  | 08.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb425c">https://m.edsoo.ru/f5eb425c</a> |
| 22 | Чрезвычайные ситуации природного характера.              | 1 |   |  | 15.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb40ea">https://m.edsoo.ru/f5eb40ea</a> |
| 23 | Общие правила поведения во время прогулок на природе.    | 1 |   |  | 22.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb4568">https://m.edsoo.ru/f5eb4568</a> |
| 24 | Помощь при укусах насекомых и клещей.                    | 1 |   |  | 29.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb4842">https://m.edsoo.ru/f5eb4842</a> |
| 25 | Укусы насекомых.   | 1 |   |  | 07.03 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |

|                                     |  |    |   |   |       |   |
|-------------------------------------|--|----|---|---|-------|---|
| 26                                  | Укусы змей. Виды змей.                                     | 1  |   |   | 14.03 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb4d4c">https://m.edsoo.ru/f5eb4d4c</a> |
| 27                                  | Как уберечься от клещей. Укусы клещей.                     | 1  |   |   | 28.03 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a> |
| 28                                  | Выбор места для купания. Чтобы забава не обернулась бедой. | 1  |   |   | 04.04 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a> |
| 29                                  | Первая помощь при судороге.                                | 1  |   |   | 11.04 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a> |
| 30                                  | Солнечный удар.  | 1  |   |   | 18.04 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a> |
| 31                                  | Весна. Ледоход.  | 1  |   |   | 25.04 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a> |
| 32                                  | Искусственное дыхание                                      | 1  |   |   | 02.05 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a> |
| 33                                  | Переправа через реку.                                      | 1  |   |   | 16.05 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb644e">https://m.edsoo.ru/f5eb644e</a> |
| 34                                  | Обобщение знаний по материалу, изученному в 6 классе.      | 1  |   |   | 23.05 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb65c0">https://m.edsoo.ru/f5eb65c0</a> |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |  | 34 | 1 | 0 |       |   |

## 7 КЛАСС

| № п/п | Тема урока  | Количество часов |                    |                     | Дата изучения | Электронные цифровые образовательные ресурсы  |
|-------|---|------------------|--------------------|---------------------|---------------|---|
|       |   | Всего            | Контрольные работы | Практические работы |               |   |
| 1     | Введение. Немного истории.                                    | 1                |                    |                     | 06.09         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a> |
| 2     | Окружающая среда и безопасность.                              | 1                |                    |                     | 13.09         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf78e">https://m.edsoo.ru/f5eaf78e</a> |
| 3     | Зависит ли здоровье от образа жизни?                          | 1                |                    |                     | 20.09         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf946">https://m.edsoo.ru/f5eaf946</a> |
| 4     | Физическое здоровье человека.                                 | 1                |                    |                     | 27.09         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eafef0">https://m.edsoo.ru/f5eafef0</a> |
| 5     | О закаливании и гигиене.                                      | 1                |                    |                     | 04.10         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eafd42">https://m.edsoo.ru/f5eafd42</a> |
| 6     | Правильное питание.   | 1                |                    |                     | 11.10         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0210">https://m.edsoo.ru/f5eb0210</a> |
| 7     | Питаемся правильно.   | 1                |                    |                     | 18.10         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |
| 8     | Поговорим о диете.  | 1                |                    |                     | 25.10         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0c10">https://m.edsoo.ru/f5eb0c10</a> |
| 9     | Психическое здоровье человека.                                | 1                |                    |                     | 08.11         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb14e4">https://m.edsoo.ru/f5eb14e4</a> |
| 10    | Человек и мир звуков: влияние городской экологии на здоровье. | 1                |                    |                     | 15.11         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0efe">https://m.edsoo.ru/f5eb0efe</a> |
| 11    | Обобщение по теме: Здоровый образ жизни.                      | 1                |                    |                     | 22.11         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb1ac0">https://m.edsoo.ru/f5eb1ac0</a> |

|    |  |   |   |  |       |   |
|----|--|---|---|--|-------|---|
| 12 | Общение с компьютером.                                       | 1 |   |  | 29.11 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb1da4">https://m.edsoo.ru/f5eb1da4</a> |
| 13 | Социальное здоровье человека.                                | 1 |   |  | 06.12 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |
| 14 | Контрольная работа.  | 1 | 1 |  | 13.12 |   |
| 15 | Фанаты и поклонники.   | 1 |   |  | 20.12 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 16 | Репродуктивное здоровье подростков и его охрана.             | 1 |   |  | 27.12 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a> |
| 17 | Как вести себя при пожаре.<br>Причины и последствия пожаров. | 1 |   |  | 10.01 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3078">https://m.edsoo.ru/f5eb3078</a> |
| 18 | Средства пожаротушения.                                      | 1 |   |  | 17.01 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb350a">https://m.edsoo.ru/f5eb350a</a> |
| 19 | Эвакуация.   | 1 |   |  | 24.01 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb367c">https://m.edsoo.ru/f5eb367c</a> |
| 20 | Чрезвычайные ситуации в быту.                                | 1 |   |  | 31.01 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8">https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8</a> |
| 21 | Если произошло отравление.                                   | 1 |   |  | 07.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb425c">https://m.edsoo.ru/f5eb425c</a> |
| 22 | Бытовая химия.   | 1 |   |  | 14.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb40ea">https://m.edsoo.ru/f5eb40ea</a> |
| 23 | Залив жилища.  | 1 |   |  | 21.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb4568">https://m.edsoo.ru/f5eb4568</a> |
| 24 | Опасное электричество.                                       | 1 |   |  | 28.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb4842">https://m.edsoo.ru/f5eb4842</a> |
| 25 | Разумная предосторожность.                                   | 1 |   |  | 06.03 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |
| 26 | Как вести себя на улице.                                     | 1 |   |  | 13.03 | Библиотека ЦОК  |

|                                     |   |    |   |   |       |   |
|-------------------------------------|---|----|---|---|-------|---|
|                                     |   |    |   |   |       | <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a>                   |
| 27                                  | О мерах предосторожности.                             | 1  |   |   | 27.03 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |
| 28                                  | Если нападение произошло.                             | 1  |   |   | 03.04 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |
| 29                                  | Опасные игры.   | 1  |   |   | 10.04 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |
| 30                                  | Переломы.   | 1  |   |   | 17.04 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |
| 31                                  | Оказание первой медицинской помощи при переломах.     | 1  |   |   | 24.04 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |
| 32                                  | Контрольная работа.                                   | 1  | 1 |   | 08.05 |   |
| 33                                  | Информационная безопасность.                          | 1  |   |   | 15.05 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |
| 34                                  | Обобщение знаний по материалу, изученному в 7 классе. | 1  |   |   | 22.05 |   |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |   | 34 | 2 | 0 |       |   |



**8 КЛАСС**

| №<br>п/п | Тема урока  | Количество часов |                       |                        | Дата<br>изучения | Электронные цифровые<br>образовательные ресурсы   |
|----------|---|------------------|-----------------------|------------------------|------------------|---|
|          |   | Всего            | Контрольные<br>работы | Практические<br>работы |                  |   |
| 1        | Введение. «Основы безопасности жизнедеятельности»           | 1                |                       |                        | 05.09            | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a> |
| 2        | Проблема здорового образа жизни. Как её решали в древности. | 1                |                       |                        | 07.09            | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf78e">https://m.edsoo.ru/f5eaf78e</a> |
| 3        | Окружающая среда и безопасность.                            | 1                |                       |                        | 12.09            | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf946">https://m.edsoo.ru/f5eaf946</a> |
| 4        | Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ.         | 1                |                       |                        | 14.09            | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eafef0">https://m.edsoo.ru/f5eafef0</a> |
| 5        | Зависит ли здоровье от образа жизни? Образ жизни.           | 1                |                       |                        | 19.09            | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eafd42">https://m.edsoo.ru/f5eafd42</a> |
| 6        | Физическое здоровье человека.                               | 1                |                       |                        | 21.09            | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0210">https://m.edsoo.ru/f5eb0210</a> |
| 7        | Закаливание — способ тренировки организма.                  | 1                |                       |                        | 26.09            | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |
| 8        | Правила гигиены.  | 1                |                       |                        | 28.09            | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0c10">https://m.edsoo.ru/f5eb0c10</a> |
| 9        | Правильное питание.   | 1                |                       |                        | 03.10            | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb14e4">https://m.edsoo.ru/f5eb14e4</a> |
| 10       | Питание и болезни. Диета.                                   | 1                |                       |                        | 05.10            | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0efe">https://m.edsoo.ru/f5eb0efe</a> |
| 11       | Психическое здоровье человека.                              | 1                |                       |                        | 10.10            | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb1ac0">https://m.edsoo.ru/f5eb1ac0</a> |

|    |   |   |  |  |       |   |
|----|---|---|--|--|-------|---|
| 12 | Воздействие шумов на организм человека.                   | 1 |  |  | 12.10 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb1da4">https://m.edsoo.ru/f5eb1da4</a> |
| 13 | Компьютер и здоровье.                                     | 1 |  |  | 17.10 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |
| 14 | Информационная безопасность.                              | 1 |  |  | 19.10 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 15 | Социальное здоровье человека.                             | 1 |  |  | 24.10 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 16 | Репродуктивное здоровье подростков и его охрана.          | 1 |  |  | 26.10 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a> |
| 17 | Обобщение по главе «Здоровый образ жизни. Что это?»       | 1 |  |  | 07.11 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3078">https://m.edsoo.ru/f5eb3078</a> |
| 18 | Как вести себя при пожаре. Причины и последствия пожаров. | 1 |  |  | 09.11 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb350a">https://m.edsoo.ru/f5eb350a</a> |
| 19 | Правила пожарной безопасности.                            | 1 |  |  | 14.11 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb367c">https://m.edsoo.ru/f5eb367c</a> |
| 20 | Средства пожаротушения.                                   | 1 |  |  | 16.11 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8">https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8</a> |
| 21 | Безопасность во время праздничных фейерверков. Ожоги.     | 1 |  |  | 21.11 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb425c">https://m.edsoo.ru/f5eb425c</a> |
| 22 | Чрезвычайные ситуации в быту                              | 1 |  |  | 23.11 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb40ea">https://m.edsoo.ru/f5eb40ea</a> |
| 23 | Утечка газа. Отравление угарным газом.                    | 1 |  |  | 28.11 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb4568">https://m.edsoo.ru/f5eb4568</a> |
| 24 | Бытовая химия.  | 1 |  |  | 30.11 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb4842">https://m.edsoo.ru/f5eb4842</a> |
| 25 | Залив жилища.   | 1 |  |  | 05.12 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |

|    |                                       |   |   |  |       |   |
|----|---------------------------------------|---|---|--|-------|---|
| 26 | Опасное электричество.                | 1 |   |  | 07.12 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |
| 27 | Первая помощь при электротравмах.     | 1 |   |  | 12.12 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |
| 28 | Разумная предосторожность.            | 1 |   |  | 14.12 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |
| 29 | Как вести себя на улице.              | 1 |   |  | 19.12 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |
| 30 | Контрольная работа.                   | 1 | 1 |  | 21.12 |   |
| 31 | Самооборона. Вам звонят в дверь.      | 1 |   |  | 26.12 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |
| 32 | Опасные игры.                         | 1 |   |  | 28.12 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |
| 33 | Переломы.                             | 1 |   |  | 11.01 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 34 | Лес — это серьёзно. Ядовитые растения | 1 |   |  | 16.01 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |
| 35 | Съедобные и несъедобные грибы.        | 1 |   |  | 18.01 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 36 | Правила грибной кулинарии.            | 1 |   |  | 23.01 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 37 | Дикие животные. Насекомые.            | 1 |   |  | 25.01 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 38 | Осторожно змеи.                       | 1 |   |  | 30.01 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 39 | Гроза в лесу.                         | 1 |   |  | 01.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 40 | Водоём зимой и летом.                 | 1 |   |  | 06.02 | Библиотека ЦОК  |

|    |   |   |  |  |       |   |
|----|---|---|--|--|-------|---|
|    |   |   |  |  |       | <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a>                   |
| 41 | Как помочь тонущему человеку.   | 1 |  |  | 08.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 42 | Как спастись, если провалился под лед.                                | 1 |  |  | 13.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 43 | Первая медицинская помощь спасенному из проруби.                      | 1 |  |  | 15.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 44 | Правила зимней рыбалки.   | 1 |  |  | 20.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 45 | Обобщение по главе «Опасности, с которыми мы сталкиваемся на природе» | 1 |  |  | 22.02 |   |
| 46 | Транспорт в современном мире.   | 1 |  |  | 27.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 47 | Чрезвычайные ситуации на дорогах.                                     | 1 |  |  | 29.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 48 | Опасные игры на дорогах.  | 1 |  |  | 05.03 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 49 | Первая помощь при травмах.  | 1 |  |  | 07.03 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 50 | Опасные ситуации в метро.   | 1 |  |  | 12.03 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 51 | Авиакатастрофы.   | 1 |  |  |       | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 52 | Железнодорожные катастрофы. Зацепинг.                                 | 1 |  |  | 14.03 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 53 | Террористические акты на транспорте.                                  | 1 |  |  | 26.03 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |

|                                     |   |    |   |  |       |             |
|-------------------------------------|---|----|---|--|-------|-------------|
| 54                                  | Обобщение по главе «Современный транспорт и безопасность»   | 1  |   |  | 28.03 |             |
| 55                                  | Общие положения ПДД. История ПДД.                           | 1  |   |  | 02.04 | www.pdd.com |
| 56                                  | Основные права и обязанности участников дорожного движения. | 1  |   |  | 04.04 | www.pdd.com |
| 57                                  | Применение специальных сигналов.                            | 1  |   |  | 09.04 | www.pdd.com |
| 58                                  | Обязанности пешеходов.                                      | 1  |   |  | 11.04 | www.pdd.com |
| 59                                  | Обязанности пассажиров.                                     | 1  |   |  | 16.04 | www.pdd.com |
| 60                                  | Сигналы светофора и регулировщика.                          | 1  |   |  | 18.04 | www.pdd.com |
| 61                                  | Начало движения маневрирование.                             | 1  |   |  | 23.04 | www.pdd.com |
| 62                                  | Скорость движения. Обгон, встречный разъезд.                | 1  |   |  | 25.04 | www.pdd.com |
| 63                                  | Остановка и стоянка.  | 1  |   |  | 02.05 | www.pdd.com |
| 64                                  | Перевозка людей.  | 1  |   |  | 07.05 | www.pdd.com |
| 65                                  | Движение велосипедистов, водителей мопедов.                 | 1  |   |  | 14.05 | www.pdd.com |
| 66                                  | Контрольная работа.   | 1  | 1 |  | 16.05 |             |
| 67                                  | Дорожные знаки  | 1  |   |  | 21.05 | www.pdd.com |
| 68                                  | Обобщение знаний по материалу, изученному в 8 классе.       | 1  |   |  | 23.05 |             |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |   | 68 | 2 |  |       |             |

**9 КЛАСС**

| № п/п | Тема урока  | Количество часов |                    |                     | Дата изучения | Электронные цифровые образовательные ресурсы  |
|-------|---|------------------|--------------------|---------------------|---------------|---|
|       |   | Всего            | Контрольные работы | Практические работы |               |   |
| 1     | Туризм – это отдых, связанный с преодолением трудностей.      | 1                |                    |                     | 07.09         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a> |
| 2     | Групповое и индивидуальное снаряжение в туристическом походе. | 1                |                    |                     | 14.09         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf78e">https://m.edsoo.ru/f5eaf78e</a> |
| 3     | Правила безопасности в туристическом походе.                  | 1                |                    |                     | 21.09         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf946">https://m.edsoo.ru/f5eaf946</a> |
| 4     | Движение по туристическому маршруту.                          | 1                |                    |                     | 28.09         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eafef0">https://m.edsoo.ru/f5eafef0</a> |
| 5     | Преодоление естественных препятствий.                         | 1                |                    |                     | 05.10         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eafd42">https://m.edsoo.ru/f5eafd42</a> |
| 6     | Обеспечение безопасности при выборе места для бивуака.        | 1                |                    |                     | 12.10         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0210">https://m.edsoo.ru/f5eb0210</a> |
| 7     | Если турист отстал от группы.                                 | 1                |                    |                     | 19.10         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf946">https://m.edsoo.ru/f5eaf946</a> |
| 8     | Туризм и экология окружающей среды.                           | 1                |                    |                     | 26.10         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0c10">https://m.edsoo.ru/f5eb0c10</a> |
| 9     | Обеспечение безопасности в водном туристическом походе.       | 1                |                    |                     | 09.11         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb14e4">https://m.edsoo.ru/f5eb14e4</a> |
| 10    | Узлы в туристском походе.                                     | 1                |                    |                     | 16.11         | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0efe">https://m.edsoo.ru/f5eb0efe</a> |

|    |   |   |   |  |       |   |
|----|---|---|---|--|-------|---|
| 11 | Почему курят подростки? История курения.  | 1 |   |  | 23.11 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb1ac0">https://m.edsoo.ru/f5eb1ac0</a> |
| 12 | Влияние курения на растущий организм.   | 1 |   |  | 30.11 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb1da4">https://m.edsoo.ru/f5eb1da4</a> |
| 13 | Алкоголь разрушает личность.  | 1 |   |  | 07.12 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8">https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8</a> |
| 14 | О воздействии алкоголя на организм человека. Что такое наркотики и наркомания?    | 1 |   |  | 14.12 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb222c">https://m.edsoo.ru/f5eb222c</a> |
| 15 | Контрольная работа.   | 1 | 1 |  | 21.12 |   |
| 16 | Воздействие наркотиков на организм человека. Токсикомания - страшная зависимость. | 1 |   |  | 28.12 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a> |
| 17 | Чрезвычайные ситуации и их классификация.   | 1 |   |  | 11.01 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3078">https://m.edsoo.ru/f5eb3078</a> |
| 18 | Система оповещения. Общие правила эвакуации.                                      | 1 |   |  | 18.01 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb350a">https://m.edsoo.ru/f5eb350a</a> |
| 19 | Природные чрезвычайные ситуации. Землетрясение.                                   | 1 |   |  | 25.01 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb367c">https://m.edsoo.ru/f5eb367c</a> |
| 20 | Извержение вулкана. Сели ,оползни и обвалы.                                       | 1 |   |  | 01.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8">https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8</a> |
| 21 | Снежные лавины.   | 1 |   |  | 08.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb425c">https://m.edsoo.ru/f5eb425c</a> |
| 22 | Ураган ,буря ,смерч.  | 1 |   |  | 15.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb40ea">https://m.edsoo.ru/f5eb40ea</a> |
| 23 | Цунами. Наводнение.   | 1 |   |  | 22.02 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb4568">https://m.edsoo.ru/f5eb4568</a> |
| 24 | Природные пожары.   | 1 |   |  | 29.02 | Библиотека ЦОК  |

|                                     |   |    |   |   |       |   |
|-------------------------------------|---|----|---|---|-------|---|
|                                     |   |    |   |   |       | <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb4842">https://m.edsoo.ru/f5eb4842</a>                   |
| 25                                  | Причины и виды техногенных ЧС.  | 1  |   |   | 07.03 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a> |
| 26                                  | Безопасное поведение в техногенных ЧС.                                  | 1  |   |   | 14.03 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb4d4c">https://m.edsoo.ru/f5eb4d4c</a> |
| 27                                  | Что такое экстремизм и терроризм.                                       | 1  |   |   | 28.03 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a> |
| 28                                  | Терроризм. Как снизить угрозу теракта.                                  | 1  |   |   | 04.04 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a> |
| 29                                  | Если вас взяли в заложники или похитили. Взрывы в жилых домах- теракты. | 1  |   |   | 11.04 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a> |
| 30                                  | Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму.     | 1  |   |   | 18.04 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a> |
| 31                                  | Контрольная работа.   | 1  | 1 |   | 25.04 |   |
| 32                                  | Информационная безопасность.  | 1  |   |   | 02.05 | Конспект  |
| 33                                  | Национальная безопасность РФ.   | 1  |   |   | 16.05 | Библиотека ЦОК<br><a href="https://m.edsoo.ru/f5eb644e">https://m.edsoo.ru/f5eb644e</a> |
| 34                                  | Обобщение знаний по материалу, изученному в 9 классе.                   | 1  |   |   | 23.05 |   |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ |   | 34 | 2 | 0 |       |   |



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

1. Учебник «Основы Безопасности Жизнедеятельности» 5-7 классы.

Автор: Н.Ф. Виноградова ; Д.В. Смирнов ; Л.В. Сидоренко ; А.Б. Таранин

М; «Просвещение» 2021

2. Учебник «Основы Безопасности Жизнедеятельности» 8-9 классы.

Автор: Н.Ф. Виноградова ; Д.В. Смирнов ; Л.В. Сидоренко ; А.Б. Таранин

М; «Просвещение» 2021

## **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

Методические пособия, разработки уроков

## **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТ**

### **ИНТЕРНЕТ**

Библиотека ЦОК ; [www.pdd.com](http://www.pdd.com). Мультимедиа ресурсы

