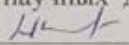




Министерство образования и науки Забайкальского края

Комитет образования администрации Приаргунского муниципального округа

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Досатуйская средняя общеобразовательная школа

Рассмотрено Руководитель МО естественно – научных дисциплин  Коренева Н.Н. Протокол № 1 от « 28 » августа 2023г.	Согласовано Заместитель директора школы по УВР  Бурдинская О.А. « 30 » 09 2023г.	Утверждаю Директор МБОУ Досатуйской СОШ  Солодовникова Н.В. « 31 » 09 2023г.
--	---	---

**Рабочая программа по учебному курсу**  
**«Основы безопасности жизнедеятельности»**  
**5-6 класс**  
Базовый уровень  
Срок реализации программы – 2023-2025 год

Подготовила: учитель ОБЖ  
Коренева Н.Н.

п. Досатуй, 2023 год

## 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, Примерной 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.

### **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 техно-социальной 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**

На изучение учебного предмета ОБЖ в 5, 6 классах предусматривается по 1 часу в неделю, всего на изучение предмета ОБЖ в 5, 6 классах отводится по 34 часа.

## **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, исключаяющего 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 человека, 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).



# СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ

5 КЛАСС, 34 часа в год (1 час в неделю)

## Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (25 ч)

### Раздел I. Основы комплексной безопасности - 17 часов

#### Глава 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека (5 часов)

Город как среда обитания. Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища. Особенности природных условий в городе. Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность. Безопасность в повседневной жизни.

#### Глава 2. Опасные ситуации техногенного характера (6 часов)

Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения. Пешеход. Меры безопасного поведения пешехода на дороге. Пассажир. Меры безопасного поведения пассажира. Водитель. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище. Личная безопасность при пожаре.

#### Глава 3. Опасные ситуации природного характера (3 часа)

Погодные явления и правила безопасного поведения. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года.

#### Глава 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (3 часа)

Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

### Раздел III. Основы противодействия экстремизму и терроризму в РФ (8 часов)

#### Глава 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение (3 часа)

Антиобщественное поведение и его опасность. Обеспечение личной безопасности дома и на улице.

#### Глава 6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства (5 часа)

Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения. Виды экстремистской и террористической деятельности. Виды террористических актов и их последствия. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

## Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (9 ч)

### Раздел IV. Основы здорового образа жизни (5 часов)

#### Глава 7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни (3 часа)

О здоровом образе. Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления организма. Основные понятия о рациональном питании. Гигиена питания.

#### Глава 8. Факторы, разрушающие здоровье (2 часа)

Вредные привычки и их влияние на здоровье. Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек.

### Раздел V. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (4 часов)

#### Глава 9. Первая медицинская помощь и правила ее оказания (4 часа)

Первая помощь при различных видах повреждений. Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах. Первая помощь при отравлениях.

## Тематическое планирование по ОБЖ (5 класс)

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
<b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (25 ч)</b> <b>Раздел I. Основы комплексной безопасности - 17 часов</b> <b>Глава 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека (5 часов)</b>			
1	Город как среда обитания	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
3	Особенности природных условий в городе	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a>

			<a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
4	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
5	Безопасность в повседневной жизни	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
<b>Глава 2. Опасные ситуации техногенного характера (6 часов)</b>			
6	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения	1	<a href="https://uchi.ru">https://uchi.ru</a>
7	Пешеход. Безопасность пешехода	1	<a href="https://uchi.ru">https://uchi.ru</a>
8	Пассажир. Безопасность пассажира	1	<a href="https://uchi.ru">https://uchi.ru</a>
9	Водитель	1	<a href="https://uchi.ru">https://uchi.ru</a>
10	Пожарная безопасность	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
11	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
<b>Глава 3. Опасные ситуации природного характера (3 часа)</b>			
12	Погодные условия и безопасность человека	2	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
13	Безопасность на водоемах	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
<b>Глава 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (3 часа)</b>			
14	Чрезвычайные ситуации природного характера	2	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
15	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
<b>Раздел III. Основы противодействия экстремизму и терроризму в РФ (8 часов)</b>			
<b>Глава 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение (3 часа)</b>			
16	Антиобщественное поведение и его опасность	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
17	Обеспечение личной безопасности дома	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
18	Обеспечение личной безопасности на улице	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
<b>Глава 6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства (5 часа)</b>			
19	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
20	Виды экстремистской и террористической деятельности	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
21	Виды террористических актов и их последствия	2	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
22	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (9 ч)</b>			
<b>Раздел IV. Основы здорового образа жизни (5 часов)</b>			
<b>Глава 7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни (3 часа)</b>			
23	О здоровом образе жизни	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
24	Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>

25	Рациональное питание. Гигиена питания	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
<b>Глава 8. Факторы, разрушающие здоровье (2 часа)</b>			
26	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
27	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек (практические занятия)	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
<b>Раздел V. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (4 часов)</b>			
<b>Глава 9. Первая медицинская помощь и правила ее оказания (4 часа)</b>			
28	Первая помощь при различных видах повреждений	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
29	Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах (практические занятия)	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
30	Первая помощь при отравлениях (практические занятия)	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a> <a href="https://nsportal.ru">https://nsportal.ru</a>
31	Урок – обобщение	1	

**6 КЛАСС, 34 часа в год (1 час в неделю)**

### **Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (24 ч)**

#### **Раздел I. Основы комплексной безопасности (24 часов)**

##### **Глава 1. Подготовка к активному отдыху на природе (6 часов)**

Природа и человек. Ориентирование на местности. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Определение места для бивака. Разведение костра. Определение необходимого снаряжения для похода.

##### **Глава 2. Активный отдых на природе и безопасность (5 часов)**

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе. Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности. Подготовка и проведение лыжных походов. Водные походы и обеспечение безопасности на воде. Велосипедные походы и безопасность туристов.

##### **Глава 3. Дальний (внутренний) и выездной туризм и меры безопасности (6 часов)**

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных климатических условиях. Акклиматизация в горной местности. Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземным видам транспорта. Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным или воздушным видами транспорта.

##### **Глава 4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде (3 часа)**

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.

##### **Глава 5. Опасные ситуации в природных условиях (4 часа)**

Опасные погодные условия и способы защиты от них. Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

### **Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 ч)**

#### **Раздел V. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (4 часа)**

##### **Глава 6. Первая помощь при неотложных состояниях (4 часа)**

Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи в природных условиях. Оказание первой медицинской помощи при травмах. Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах и отморожении и ожогах. Оказание первой медицинской помощи при укусах ядовитых змей и насекомых.

#### **Раздел IV. Основы здорового образа жизни (6 часов)**

##### **Глава 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие (6 часов)**

Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Компьютер и его влияние на здоровье. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека. Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека. Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ.

**Тематическое планирование по ОБЖ (6 класс)**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Электронные (цифровые) образовательные ресурсы</b>
<b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (24 ч)</b>			
<b>Раздел I. Основы комплексной безопасности (24 часов)</b>			
<b>Глава 1. Подготовка к активному отдыху на природе (6 часов)</b>			
1.	Природа и человек	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a>
2.	Ориентирование на местности	1	<a href="http://обж.рф">http://обж.рф</a>
3.	Определение своего местонахождения и направления движения на местности	1	<a href="http://обж.рф">http://обж.рф</a>
4.	Подготовка к выходу на природу	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a>
5.	Определение места для бивака и организация бивачных работ	1	<a href="http://обж.рф">http://обж.рф</a>
6.	Определение необходимого снаряжения для похода	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a>
<b>Глава 2. Активный отдых на природе и безопасность (5 часов)</b>			
7.	Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a>
8.	Подготовка и проведение пеших походов на равнинах и горной местности	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a>
9.	Подготовка и проведение лыжных походов	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a>
10.	Водные походы и обеспечение безопасности на воде	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a>
11.	Велосипедные походы и безопасность туристов	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a>
<b>Глава 3. Дальний (внутренний) и выездной туризм и меры безопасности (6 часов)</b>			
12.	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме	1	<a href="http://обж.рф">http://обж.рф</a>
13.	Акклиматизации человека в различных климатических условиях	1	<a href="http://обж.рф">http://обж.рф</a>
14.	Акклиматизация человека в горной местности	1	<a href="http://обж.рф">http://обж.рф</a>
15.	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a>
16.	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным транспортом	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a>
17.	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха воздушным транспортом	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a>
<b>Глава 4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде (3 часа)</b>			
18.	Автономное пребывании человека в природной среде	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a>
19.	Добровольная и вынужденная автономия человека в природной среде	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a>
20.	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a>
<b>Глава 5. Опасные ситуации в природных условиях (4 часа)</b>			
21.	Опасные погодные условия	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a>
22.	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях	1	<a href="http://обж.рф">http://обж.рф</a>
23.	Укусы насекомых и защита от них	1	<a href="http://обж.рф">http://обж.рф</a>
24.	Клещевой энцефалит и его профилактика	1	<a href="http://обж.рф">http://обж.рф</a>
<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 ч)</b>			
<b>Раздел V. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (4 часа)</b>			
<b>Глава 6. Первая помощь при неотложных состояниях (4 часа)</b>			

25.	Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи в природных условиях	1	
26.	Оказание первой медицинской помощи при травмах	1	<a href="http://обж.рф">http://обж.рф</a>
27.	Оказание ПМП при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге	1	<a href="http://обж.рф">http://обж.рф</a>
28.	Оказание ПМП при укусах змей и насекомых	1	<a href="http://обж.рф">http://обж.рф</a>
<b>Раздел IV. Основы здорового образа жизни (6 часов)</b>			
<b>Глава 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие (6 часов)</b>			
29.	ЗОЖ и профилактика утомления	1	<a href="http://обж.рф">http://обж.рф</a>
30.	Компьютер и его влияние на здоровье	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a>
31.	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a>
32.	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a>
33.	Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a>
34.	Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ	1	<a href="https://Infourok.ru">https://Infourok.ru</a>

## УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

---

### ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

- Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: учебник для общеобразовательных учреждений. Издательство «Просвещение», 2012. – 191 с.
- Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс: учебник для общеобразовательных учреждений. Издательство «Просвещение», 2013. – 207 с.