

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Удмуртской Республики**

**Управление образования Администрации города Ижевска**

**МБОУ "СОШ № 87"**

**РАССМОТРЕНО**

**ШМК ПД**

*Бабурина*

Е.А.Бабурина

Протокол №1

от «29» 08. 2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Педсовет

\_\_\_\_\_

Протокол №1

от «29» 08. 2024 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МБОУ "СОШ № 87"

\_\_\_\_\_

Приказ № 363

от «29» 08. 2024 г.

Соболева С.С.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 4710758)

**учебного предмета**

**Безопасное поведение в повседневной жизни**

для обучающихся 5-7 классов

**Ижевск 2024**

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования и науки Удмуртской Республики**

**Управление образования Администрации города Ижевска**

**МБОУ "СОШ № 87"**

РАССМОТРЕНО

ШМК ПД

\_\_\_\_\_  
Бабурина Е.А.  
Протокол №1  
от «29» 08. 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Педсовет

\_\_\_\_\_  
Протокол №1  
от «29» 08. 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ "СОШ № 87"

\_\_\_\_\_  
Соболева С.С.  
Приказ № 363  
от «29» 08. 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 4710758)

**учебного предмета**

**Безопасное поведение в повседневной жизни**

для обучающихся 5-7 классов

**Ижевск 2024**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа для 5 - 7 классов разработана на основе федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования и примерной учебной программы основного общего образования по основам безопасности жизнедеятельности для основной школы (5-9 классы) по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-9 классов общеобразовательных учреждений. // Программы общеобразовательных учреждений Основы безопасности жизнедеятельности 1-11 класс. / Под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.

### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ

В настоящей учебной программе реализованы требования федеральных законов: «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «Об охране окружающей природной среды», «О пожарной безопасности», «О гражданской обороне» и др.

Содержание программы выстроено по трем линиям: обеспечение личной безопасности в повседневной жизни, оказание первой медицинской помощи, основы безопасного поведения человека в чрезвычайных ситуациях. Предлагаемый объем содержания является достаточным для формирования у обучающихся на второй ступени общеобразовательной школы основных понятий в области безопасности жизнедеятельности.

В ходе изучения предмета обучающиеся получают знания о здоровом образе жизни, о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, их последствиях и мероприятиях, проводимых государством по защите населения. Большое значение придается также формированию здорового образа жизни и профилактике вредных привычек, привитию навыков по оказанию первой медицинской помощи пострадавшим.

### ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной общеобразовательной школе направлен на достижение следующих **целей**:

- **освоение знаний** о здоровом образе жизни; об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;

- **развитие** качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- **воспитание** чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- **овладение умениями** предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких учебных **задач**, как:

- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся навыков оказания первой медицинской помощи в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

## МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Учебный курс «Безопасное поведение в повседневной жизни» реализуется в 5-7 классах в рамках часов часть учебного плана, формируемого участниками образовательных отношений.

**Количество учебных часов, на которое рассчитана рабочая программа в соответствии с утвержденным учебным планом ОУ**

Рабочая программа для 5 – 7 классов рассчитана на курс из 102 учебных часов из расчёта 1 час в неделю.

### **Общеучебные умения, навыки и способы деятельности**

Рабочая программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего образования являются:

использование для познания окружающего мира различных методов наблюдения и моделирования;

выделение характерных причинно-следственных связей;

творческое решение учебных и практических задач;

сравнение, сопоставление, классификация, ранжирование объектов по одному или нескольким предложенным основаниям, критериям;

самостоятельное выполнение различных творческих работ, участие в проектной деятельности;

использование для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, Интернет-ресурсы и другие базы данных;

самостоятельная организация учебной деятельности; оценивание своего поведения, черт своего характера, своего физического и эмоционального состояния;

соблюдение норм поведения в окружающей среде, правил здорового образа жизни;

использование своих прав и выполнение своих обязанностей как гражданина, члена общества и учебного коллектива.

### **Используемый учебно-методический комплект**

Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности: 5 кл.: Учебник для общеобразовательных учреждений/ М.П. Фролов, М.В. Юрьева, В.П. Шолох и др.; под. ред. Ю.Л. Воробьева. – М.: ООО «Астрель», 2013 - 2017

Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности: 6 кл.: Учебник для общеобразовательных учреждений/ М.П. Фролов, М.В. Юрьева, В.П. Шолох и др.; под. ред. Ю.Л. Воробьева. – М.: ООО «Астрель», 2013 - 2017

Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности: 7 кл.: Учебник для общеобразовательных учреждений/ М.П. Фролов, М.В. Юрьева, В.П. Шолох и др.; под. ред. Ю.Л. Воробьева. – М.: ООО «Астрель», 2013 - 2017

# СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

## 5 КЛАСС

### **Раздел 1. Город, как источник опасности (5 часов)**

*Что такое ЧС. Безопасный путь в школу. Опасность. Опасная Ситуация. Чрезвычайная ситуация. Безопасность.*

*Главные формулы ОБЖ. Главные формулы и правила безопасного поведения в повседневной жизни*

*Как научиться предвидеть опасности. Профилактика возникновения опасных ситуаций.*

*Опасности в городе и поселке. Особенности города, как среды обитания человека. Источники опасности в современном городе. Зоны повышенной опасности.*

*Службы, защищающие население. Система обеспечения безопасности населения. Аварийно-спасательные и оперативные службы. Правила вызова аварийно-спасательных и оперативных служб. Единый телефон спасения: 01 или 112. Действия населения по сигналу «Внимание всем» и сопровождающей речевой информации.*

### **Раздел 2. ЧС аварийного характера в жилище (9 часов)**

*Опасные ситуации в жилище. Причины. Особенности городского и сельского жилища, системы жизнеобеспечения, источники опасности в жилище. Возможные аварийные ситуации.*

*Пожары. Причины. Правила поведения. Пожар, возможные причины возникновения, меры пожарной безопасности, правила поведения при пожаре.*

*Средства тушения пожаров. Огнетушитель, первичные средства пожаротушения. Правила использования средств пожаротушения.*

*Опасные газы. Природы газы. Выхлопные газы. Бытовой газ, взрыв бытового газа. Действия при утечке бытового газа.*

*Затопление жилища. Причины. Поведение. Затопления. Причины, правила безопасного поведения в быту.*

*Разрушение здания. Причины, признаки, правила поведения при разрушении здания и под завалом*

*Как защититься от опасных веществ в быту. Химические вещества. Виды веществ по степени опасности. Правила безопасного обращения.*

*Средства бытовой химии. Бытовые отравления. Опасные вещества бытовой химии и последствия неправильного обращения с ними. Действия*

ядовитых веществ на организм человека и правила оказания помощи при отравлении. **Основные правила пользования средствами бытовой химии**

### **Раздел 3. ЧС на дорогах и транспорте (9 часов)**

**Опасные ситуации на дорогах.** Дорога, элементы дороги, правила дорожного движения. Участники дорожного движения.

**Как правильно передвигаться по дорогам. Правила дорожного движения в части, касающейся пешеходов и велосипедистов.**

**Безопасное поведение в общественном и личном транспорте.** Современный транспорт. Краткая характеристика современного транспорта, его особенности. Поведение на остановках. **Правила поведения пассажиров в общественном транспорте. Опасные ситуации в транспорте.** Безопасное поведение при возникновении аварийных ситуаций на транспорте.

**Гололед. Поведение на зимней дороге.** Гололед. Особенности зимней дороги. Правила поведения на дороге зимой.

**Безопасное поведение в метро и на эскалаторе.** Эскалатор. Метро. Безопасное поведение на эскалаторе и платформе метро.

**Безопасное поведение в поезде и электричке.** Особенности поведения на железнодорожной платформе и в вагоне поезда. Действия при железнодорожных авариях.

**Аварии на водном транспорте.** Правила поведения на корабле. Действия при кораблекрушении. Средства спасения и правила их использования.

**Опасные ситуации и правила поведения на воде.** Опасные ситуации при купании. Правила поведения на воде летом. Признаки тонкого льда. Правила передвижения по льду и действия провалившегося под лед. **Оказание помощи утопающему.**

**Аварии на воздушном транспорте.** Правила поведения при посадке в самолёт. Поведение в самолёте. Разгерметизация. Поведение при разгерметизации и аварийной посадке.

### **Раздел 4. ЧС криминогенного характера (5 часа)**

**Криминогенные опасности.** Криминогенные опасности. **Ситуации криминогенного характера.**

**Опасные ситуации на улицах города. Меры предосторожности и правила поведения,** уменьшающее риск встречи с хулиганами и насильниками. Внешние признаки людей, способных на противоправные действия. Самооценка поведения. **Элементарные способы самозащиты.**

**Толпа.** Психологические особенности толпы. **Опасные ситуации и меры предосторожности в местах большого скопления людей (в толпе, в местах проведения массовых мероприятий, на стадионах).**

*Как защитить свой дом.* Правила общения с незнакомыми людьми дома, в подъезде и по телефону.

*Как защитить себя при угрозе теракта.* Терроризм. Действия при захвате террористами, при обнаружении подозрительного предмета и при взрыве

### **Раздел 5. ЧС экологического характера (3 часа)**

*Нарушение экологического равновесия.* Биосфера и человек. Загрязнение природы. Экологические кризисы и катастрофы. **Меры безопасности при пребывании человека на территории с неблагоприятными экологическими факторами**

*Загрязнение оболочек Земли.* Последствия загрязнения воздуха и других элементов биосферы.

*Продукты под контролем.* Экологический контроль за продуктами питания. **Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания**

### **Раздел 6. Первая доврачебная помощь (3 часа)**

*Первая доврачебная помощь.* Раны, травмы, кровотечения. Основные правила оказания первой доврачебной **помощи при ранениях, кровотечениях и ушибах.**

*Первая помощь при ожогах.* Ожоги. Виды. Причины. **Первая помощь при ожогах.**

*Первая помощь при отравлении.* Отравления. Причины. **Первая помощь при отравлениях.**

## 6 КЛАСС

### **Раздел 1. Экстремальные ситуации в природе и действия человека, попавшего в них (2 часа)**

*Опасные и экстремальные ситуации. Причины и меры профилактики.* Опасность. Опасные и экстремальные ситуации. Причины их возникновения. Основные правила поведения. Автономное существование. Природные, техногенные, социальные факторы. Правила подготовки к походу. Личное и групповое снаряжение. НАЗ.

*Факторы, влияющие на человека в экстремальной ситуации. Последовательность действий по её преодолению.* Негативные психологические факторы: страх, переутомление, паника, уныние. Физические факторы: боль, холод, голод, жажда, жара. Характер их

воздействия на человека. Правила психологической самопомощи. Основные действия в экстремальной ситуации.

## **Раздел 2. Пребывание человека в различных климатических условиях (2 часа)**

*Особенности акклиматизации в разных природных зонах. Правила успешной акклиматизации.* Климат. Часовой пояс. Пищевой рацион. Акклиматизация. Смена часовых поясов и условий жизни. Влияние на здоровье человека. Способы акклиматизации в условиях различных типов климата.

## **Раздел 3. Способы выживания человека в условиях автономного существования в природной среде (15 часов)**

*Действия оставшего от группы туристов, или заблудившегося в лесу.* Туристическая группа. Распределение обязанностей. Функции «замыкающего». Действия при потере группы зимой и летом. Действия при потере ориентировки.

*Действия при аварии транспортного средства и способы подачи сигналов бедствия.* Виды транспортных средств. Причины аварий. **Безопасное поведение человека в природных условиях.** Условия покидания или не покидания места аварии. Необходимые действия для спасения. Действия при движении от места аварии. «Тур». **Подача сигналов бедствия.** Аварийная сигнализация. Сигналы международного кода.

*Ориентирование по компасу, астрономическим объектам.* **Ориентирование на местности.** Компас. Азимут. Магнитный полюс. Ориентир. Правила работы с компасом. Астрономические объекты: Солнце, Луна, Полярная звезда. Ориентирование с помощью часов, гномона, по Полярной звезде, по фазам Луны.

*Ориентирование по местным признакам и поиск дороги к жилью.* Основные местные ориентиры: мох, муравейник, травяной покров, снег, смола хвойных деревьев, склоны, цветы, церкви, крест, мечети, кирхи, просеки с квартальными столбами. Сакма. Затес.

*Устройство временных укрытий.* **Сооружение временного укрытия.** Требования к выбору места, к оборудованию. Виды летних укрытий: шалаш, навес, землянка. Зимние укрытия: снежная пещера, иглу, нора. Основные правила их изготовления.

*Правила добывания огня и разведение костра. Типы костров.* Огонь. Костер. Пожар. Трут. Огниво. Топливо. **Добывание огня.** Требования к расположению костра и меры безопасного поведения у костра. Виды костров и их назначение. Очаг. Правила заготовки топлива.

*Обеспечение водой.* Вода. Значение воды для человека. Обезвоживание. Суточная норма воды. Потоотделение. Функция потоотделения. Жажда. Факторы, усиливающие жажду. Поиск и **добывание воды**. Конденсатор влаги. Фильтрация воды.

*Организация питания.* Пища. Значение. Энергозатраты. **Добывание пищи**. Признаки съедобных и несъедобных растений. Грибы. Кора. Водоросли. Моллюски. Ракообразные. Земноводные. Пресмыкающиеся. Насекомые. Способы охоты и рыбной ловли. Способы консервации мяса.

*Личная гигиена, уход за одеждой и обувью.* Гигиена. Значение. Правила личной гигиены. Подручные заменители гигиенических средств. Оборудование туалета. Уход за одеждой и обувью.

*Возможные опасности в пути и меры по их предупреждению.* Дикие животные. Гнездо. Дупло. Нора. Лежка. Признаки агрессии у разных животных. Поведение при встрече с диким животным. Движение через водоемы. Правила перехода рек и болот. Движение в горах. Лавина. Мокрая лавина. Правила движения по склонам и поведения при лавине.

#### **Раздел 4. Первая доврачебная помощь в экстремальных ситуациях. (15 часов)**

*Общие принципы оказания самопомощи и первой помощи пострадавшему.* Самоконтроль. Самопомощь. Признаки резкого ухудшения состояния здоровья. Алгоритм действий по оказанию первой помощи себе и другим людям. Общие принципы оказания первой помощи.

*Походная аптечка и природные лекарственные средства.* Состав походной аптечки. Требования к препаратам. Лекарственные растения, содержащиеся в них вещества и ранения при которых они используются.

*Открытые травмы и ранения. Первая помощь.* Рана. Потертость. Мозоль. Порез. Ссадина. **Первая помощь при кровотечениях** из ран и открытых травм. Повязка. Функции повязки. Правила наложения. Асептика и антисептика.

*Закрытые травмы. Первая помощь.* Ушиб, растяжение, вывих, перелом, сдавливание, размозжение. Виды переломов. Признаки различных травм.

**Первая помощь при ушибах**, растяжениях, вывихах, переломах.

*Укусы животных. Первая помощь.* Гнус. Слепни. Лесной клещ. Репеллент. Тарантул. Каракурт. Интоксикация. Клещевой энцефалит. Скорпион. Змеи ядовитые и не ядовитые. Бешенство. Признаки заболеваний. Первая помощь при укусе. Меры профилактики укусов животными, насекомыми и пауками.

*Отравления. Первая помощь.* Отравление пищей. Причины. Признаки. Первая помощь. Отравление угарным газом у костра. Признаки. **Первая помощь при отравлениях**.

*Первая помощь при утоплении.* Утопление. Виды. Признаки. Причины. Первая помощь. Реанимация. Искусственная вентиляция легких. Непрямой массаж сердца.

*Первая помощь при термических поражениях.* Ожог, солнечный удар, тепловой удар. Обморок. Обморожение, переохлаждение. Причины. Признаки. **Первая помощь при ожогах**, тепловом и солнечном ударе. **Первая помощь при обморожениях** и переохлаждении. Меры профилактики термических поражений.

*Профилактика поражения молнией. Первая помощь при поражении.* Молния. Причины возникновения и поражения человека. Типы поражения молнией. Признаки поражения. Первая помощь. Меры профилактики поражения природным электричеством.

*Заболевания глаз. Удаление инородных тел из глаза, уха, носа.* Снежная слепота, конъюнктивит, светобоязнь. Способы защиты глаз от солнечного света. Попадание инородного предмета в глаза, уши или нос. Оказание первой помощи.

*Правила и способы переноски пострадавшего без носилок.* Способы переноски: перетаскивание, «на спине», «живой костыль», «люлька», «замок», «друг за другом». Изготовление простейших носилок из подручных средств

## 7 КЛАСС

### **Раздел 1. Введение (1 час)**

*Природные ЧС. **Чрезвычайные ситуации природного характера.*** Стихийное бедствие. Классификация природных ЧС по происхождению. Природные ЧС в Удмуртской Республике

### **Раздел 2. Опасные гидрологические явления (5 часов)**

*Наводнения. Виды. Причины.* Наводнение. Затопление. Затор. Зажор. Ветровой нагон. Паводок. Половодье. Ледостав. Ледоход.

*Классификация наводнений по масштабу. Виды рек России.* Типы рек. Смешанное питание. Ледниковое питание. Дождевое питание. Питание грунтовыми водами. Паводковые реки. Низкие (малые), высокие, выдающиеся, катастрофические наводнения.

*Поражающие факторы наводнений.* Первичные поражающие факторы. Поток воды. Навал льда. Затопление. Подтопление. Вторичные поражающие

факторы. Факторы, влияющие на масштабы последствий. Последствия наводнений.

*Защита населения и действия при наводнении.* Предупредительные мероприятия. Заблаговременные мероприятия. Оперативные мероприятия. Прогнозирование. Алгоритмы **поведения при наводнении**, эвакуации, после спада воды. Способы подачи сигналов бедствия. **Действия населения по сигналу «Внимание всем» и сопровождающей речевой информации.**

### **Раздел 3. Опасные метеорологические явления (5 часов)**

*Виды опасных ветров и атмосферных вихрей.* Опасные метеорологические явления. Ветер. Давление. Сила ветра. Направление. Скорость ветра. Шкала Бофорта. Ураган. Буря. Смерч. Виды ураганов и бурь.

*Причины возникновения опасных метеорологических явлений.* Циклон. Антициклон. Атмосферный фронт. Направление вращения. Тип летней и зимней погоды. Глаз циклона. Стена циклона. Тайфун. Восходящее и нисходящее движение воздуха.

*Поражающие факторы и последствия.* Первичные поражающие факторы. Вторичные поражающие факторы. Последствия.

*Защита населения и действия при возникновении опасных атмосферных явлений.* Заблаговременные мероприятия. Оперативные мероприятия. **Поведение при своевременном оповещении и неожиданном возникновении ураганов, бурь, смерчей.** Действия населения по сигналу «Внимание всем» и сопровождающей речевой информации.

### **Раздел 4. Опасные тектонические и геологические явления (10 часов)**

*Землетрясения. Основные понятия. Причины. Виды землетрясений.*

Землетрясение. Тектоническое, внутриплитовое, вулканическое, обвальное землетрясения. Сейсмическая зона. Сейсмограф. Литосферная плита

*Основные характеристики землетрясений и последствия.* Магнитуда. Шкала Меркалли. Шкала Рихтера. Очаг. Эпицентр. Гипоцентр. Первичные поражающие факторы. Вторичные поражающие факторы. Последствия.

*Правила поведения населения при землетрясении.* Действия населения по сигналу «Внимание всем» и сопровождающей речевой информации.

Алгоритмы действий дома, на улице, под обломками и после землетрясения.

*Цунами. Причины возникновения.* Цунами. Сейсмогенные цунами.

Моретрясение. Вулканогенные цунами. Оползневые цунами. Бурун.

*Параметры волны цунами.* Гребень. Подошва. Длина волны. Период волны. Главная волна. Высота волны. Скорость цунами. Интенсивность волновых явлений.

*Последствия цунами, меры защиты, поведение населения.* Поражающие факторы (удар волны, давление потока воды, воздушная волна, наводнение, затопление). Меры по защите. Оповещение населения. **Правила поведения при цунами. Действия населения по сигналу «Внимание всем» и сопровождающей речевой информации.**

*Обвалы, оползни, сели. Причины возникновения.* Обвал. Оползень. Сель. Причины. Характеристики. Виды обвалов, селей и оползней.

*Поражающие факторы. Меры по защите.* Поражающие факторы (удары масс горных пород, заваливание, заиливание). Последствия. Основные селеопасные и обвалоопасные районы. Активные и пассивные защитные мероприятия.

*Действия при угрозе возникновения.* **Правила поведения при возникновении или угрозе возникновения опасных геологических явлений. Действия населения по сигналу «Внимание всем» и сопровождающей речевой информации.**

## **Раздел 5. Лесные и торфяные пожары (5 часов)**

*Лесные и торфяные пожары. Классификация пожаров.* Пожар. Лесной пожар. Торфяной пожар. Низовой пожар. Верховой пожар. Повальный пожар.

*Причины возникновения пожаров. Профилактика и борьба с ними.* Причины пожаров. Поражающие факторы пожара. Способы тушения. Предупреждение пожаров.

*Поведение при пожаре.* Правила организации места отдыха и поведения во время пожара в лесу. **Первая помощь при ожогах.**

*Общие рекомендации по поведению при природных ЧС.* Служба спасения. Единый телефон спасения. Оповещение. **Правила поведения при возникновении природного пожара. Действия населения по сигналу «Внимание всем» и сопровождающей речевой информации.**

## **Раздел 6. Основы медицинских знаний и ЗОЖ (8 часов)**

*Основные понятия медицинских знаний и здорового образа жизни.*

Здоровье. Здоровый образ жизни. Привычки ЗОЖ. Травма. Рана.

Последствия ранений и травм. Профилактика травматизма.

*Раны и травмы. Первая медицинская помощь.* Травма. Рана. Классификация ран по происхождению, глубине и тяжести. Раневая инфекция. Столбняк.

Первая помощь при ранении. *Кровотечение.* Кровоостанавливающий жгут.

**Первая помощь при кровотечениях.**

*Правила наложения повязок.* Повязка. Бинт. Перевязочный материал.

Асептика. Антисептика. Асептические средства. Правила наложения бинта.

*Первая помощь при переломах.* Перелом. Виды переломов( открытый, закрытый, со смещением, без смещения, одиарный, множественный). Шина. Лангета. Травматическая ампутация.

*Факторы, разрушающие здоровье человека.* Факторы, разрушающие здоровье (алкоголизм, курение, наркомания). Экология. Медицинское обслуживание. Наследственность. Привычки.

*Здоровый образ жизни.* ЗОЖ. Закаливание, режим дня, рациональное питание, занятия физкультурой и спортом.

## ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Ввод данных

### МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Ввод данных

### ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

#### **В результате обучения в 5 классе обучающиеся должны**

##### **знать/понимать:**

- основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и правила их профилактики;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;
- **правила безопасности дорожного движения в части, касающейся пешеходов, пассажиров транспортных средств и велосипедистов.**

##### **уметь:**

- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- соблюдать правила поведения на воде и оказывать помощь утопающему;
- оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, ушибах, кровотечениях;
- правильно вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;
- действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения;
- **соблюдать правила безопасности дорожного движения в части, касающейся пешеходов, пассажиров транспортных средств и велосипедистов;**
- **адекватно оценивать ситуацию на проезжей части тротуаре с точки зрения пешехода и (или) велосипедиста;**
- **прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира транспортного средства и (или) велосипедиста в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей);**

**использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
- соблюдение мер предосторожности и правил поведения в общественном транспорте;
- пользования бытовыми приборами и инструментами;
- проявление бдительности, безопасного поведения при угрозе террористического акта;
- обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

**В результате обучения в 6 классе учащиеся должны**

**знать/понимать:**

- основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и правила их профилактики;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;
- способы безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия;
- **уметь:**
- действовать при возникновении ЧС природного или техногенного характера, приводящих к вынужденному автономному существованию;
- действовать в условиях вынужденного автономного существования;
- оказывать первую доврачебную помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;

**использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи;
- профилактики возникновения ЧС, приводящих к вынужденному автономному существованию.

**В результате обучения в 7 классе учащиеся должны**

**знать/понимать:**

- основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и правила их профилактики;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера;

**уметь:**

- оказывать первую доврачебную помощь при ожогах, обморожениях, ушибах, кровотечениях;
- действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения;
- действовать при возникновении ЧС природного характера.

**использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- обеспечения личной безопасности в повседневной жизни;
- обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
5 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Практические работы	
1	Раздел 1. Город, как источник опасности	5	2	
2	Раздел 2. ЧС аварийного характера в жилище	9	3	
3	Раздел 3. ЧС на дорогах и транспорте	9	3	
4	Раздел 4. ЧС криминогенного характера	5	2	
5	Раздел 5. ЧС экологического характера	3	1	
6	Раздел 6. Первая доврачебная помощь	3	1	
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	12	

## 6 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Практические работы	
1	Раздел 1. Экстремальные ситуации в природе и действия человека, попавшего в них	3	1	
2	Раздел 2. Пребывание человека в различных климатических условиях	2	0	
3	Раздел 3. Способы выживания человека в условиях автономного существования в природной среде	14	5	
4	Раздел 4. Первая доврачебная помощь в экстремальных ситуациях.	15	5	
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	11	

## 7 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов		Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Практические работы	
1	Раздел 1. Введение	1	0	
2	Раздел 2. Опасные гидрологические явления	5	2	
3	Раздел 3. Опасные метеорологические явления	5	2	
4	Раздел 4. Опасные тектонические и геологические явления	10	5	
5	Раздел 5. Лесные и торфяные пожары	5	2	
6	Раздел 6. Основы медицинских знаний и ЗОЖ	8	3	
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	14	



