

Рабочая программа
учебного предмета «Учись жить в безопасности»
(5-7 классы)

Пояснительная записка

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для 5-7 классов составлена в соответствии с требованиями:

Приказа Минпросвещения России от 31.05.2021 № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;

Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденным приказом Минпросвещения России Российской Федерации от 22.03.2021 г. № 115;

Федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, осуществляющими образовательную деятельность, утвержденного приказом Минпросвещения России от 20.05.2020 № 254;

Санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 (далее – СанПиН 2.4. 3648-20);

Санитарных правил и норм СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.01.2021 № 2 (далее – СанПиН 1.2.3685-21);

Распоряжения Комитета по образованию от 15.04.2022 № 801 -р «О формировании календарных учебных графиков государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, на 2022-2023 учебный год».

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

Подготовка подрастающего поколения россиян в области безопасности жизнедеятельности должна основываться на комплексном подходе к формированию у подростков современного уровня культуры безопасности, индивидуальной системы здорового образа жизни, антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения.

Курс внеурочной деятельности «Основы безопасности жизнедеятельности» построен так, чтобы были достигнуты следующие

Цели:

- безопасное поведение обучающихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание каждым обучающимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- принятие обучающимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи, справедливости судов и ответственности власти;
- антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение обучающихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;

- отрицательное отношение обучающихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- готовность и способность обучающихся к нравственному самосовершенствованию.

Достижение этих целей обеспечивается решением следующих учебных задач:

- формирование у обучающихся 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 обучающихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса

Личностные результаты:

- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества;
- воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- развитие личностных, в том числе духовно-нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищённость жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности;

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- понимание важности сохранения своего здоровья и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни;
- осознанное выполнение правил безопасности в конкретной ситуации;
- формирование культуры безопасности жизнедеятельности;
- ответственное отношение к сохранению окружающей среды и к жизни человека, а также к своей жизни;
- понимание необходимости обеспечения личной и общественной безопасности.

Метапредметные результаты

Регулятивные УУД

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- моделирование личных подходов к собственной безопасности в нестандартной ситуации;
- выполнение необходимых ролей и предубеждений, вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций различного происхождения.
- формулирование понятия, что такое опасность и безопасность;
- получение навыков безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- умение оценивать свои поступки, уметь находить пути решения поставленных задач.

Познавательные УУД:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- умение понимать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- анализировать причины возникновения опасности: обобщать и сравнивать, видеть причины опасности и понимать их влияние на человека и окружающую среду.
- моделировать личные подходы к собственной безопасности в нестандартной ситуации;
- выполнять необходимые ролевые роли и предубеждения, вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций различного происхождения.

Коммуникативные УУД:

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать

конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметные результаты:

Ученик научится:

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;

- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья;
- планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

2. Содержание курса «Учись жить в безопасности»

Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой, предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др. Безопасность на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Средства индивидуальной защиты велосипедиста. Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Средства индивидуальной защиты. Водоемы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. Правила безопасности в туристических походах и поездках. Правила поведения в автономных условиях. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них. Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера (квартира, улица, подъезд, лифт, карманная кража, мошенничество, самозащита покупателя). Элементарные способы самозащиты. Информационная безопасность подростка.

Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины, ураганы, бури, смерчи, сильный дождь (ливень), крупный град, гроза, сильный снегопад, сильный гололед, метели, снежные заносы, наводнения, половодье, сели, цунами, лесные, торфяные и степные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной защиты. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них (аварии на радиационно-опасных, химически опасных, пожароопасных и взрывоопасных, объектах экономики, транспорте, гидротехнических сооружениях). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной и коллективной защиты. Правила пользования ими. Действия по сигналу «Внимание всем!». Эвакуация населения и правила поведения при эвакуации.

Основы противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации

Терроризм, экстремизм, наркотизм - сущность и угрозы безопасности личности и общества. Пути и средства вовлечения подростка в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность. Ответственность несовершеннолетних за правонарушения. Личная безопасность при террористических актах и при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников. Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Основы здорового образа жизни

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена). Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания, употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и их факторов. Семья в современном обществе. Права и обязанности супругов. Защита прав ребенка.

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей. Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах. Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении. Основные неинфекционные и инфекционные заболевания, их профилактика. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе. Первая помощь при укусе насекомых и змей. Первая помощь при остановке сердечной деятельности. Первая помощь при коме. Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.

3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы:

5 класс

№ п/п	Тема	Количество часов
Модуль 1. Введение. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе		4
1	Введение	1
2	Человек и его безопасности	3
Модуль 2. Здоровье и как его сохранить		3
3	Здоровье и факторы, влияющие на него	3
Модуль 3. Безопасность на транспорте		4
4	Безопасное поведение на дорогах и в транспорте	3
5	Обобщение	1
Модуль 4. Безопасность в быту		4
6	Безопасность вашего жилища	4
Модуль 5. Безопасность в социуме		1
7	Безопасность в криминогенных ситуациях	1
Модуль 6. Основы противодействия экстремизму и терроризму		3
8	Экстремизм и терроризм – угрозы личности, обществу и государству	3
Модуль 7. Безопасность в информационном пространстве		2
9	Безопасность в информационной среде	2
Модуль 8. Безопасность в природной среде		3
10	Безопасность в различных погодных условиях и при стихийных бедствиях	3
Модуль 9. Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера		4
11	Производственные аварии и их опасность для жизни, здоровья и благополучия человека	3
12	Обобщение	1
Модуль 10. Основы медицинских знаний		4

13	Первая помощь и правила её оказания	3
14	Обобщение	1
Модуль 11. Повторение и обобщение		2
15	Повторение	1
16	Обобщение	1
	Итого:	34

6 класс

№ п/п	Тема	Количество часов
Модуль 1. Введение. Здоровье и как его сохранить		7
1	Введение	1
2	Здоровье и правила его сбережения	6
Модуль 2. Безопасность в природной среде		22
3	Безопасное поведение в природной среде	7
4	Правила безопасного поведения в различных видах походов	4
5	Безопасное поведение при автономном существовании	5
6	Опасные встречи в природных условиях	4
7	Обобщение	2
Модуль 3. Основы медицинских знаний		3
8	Первая помощь в природных условиях	3
Модуль 4. Повторение и обобщение		2
9	Повторение	1
10	Обобщение	1
	Итого:	34

7 класс

№ п/п	Тема	Количество часов
Модуль 1. Введение и безопасность в социуме		4
1	Введение	1
2	Как улучшить отношения с окружающими	3
Модуль 2. Безопасность в быту		

		3
3	Безопасность в повседневной жизни	3
Модуль 3. Безопасность на транспорте		3
4	Безопасность в ситуациях, связанных с железнодорожным транспортом и метрополитеном	2
5	Обобщение	1
Модуль 4. Безопасность в общественных местах		2
6	Безопасность в криминогенных ситуациях	2
Модуль 5. Основы противодействия терроризму и экстремизму		7
7	Терроризм – угроза обществу и каждому человеку	6
8	Обобщение	1
Модуль 6. Безопасность в природной среде		8
9	Чрезвычайные ситуации природного характера	7
10	Природные пожары	1
Модуль 7. Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний.		5
11	Чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения	1
12	Первая помощь и правила её оказания	4
Модуль 8. Повторение и обобщение		2
13	Повторение	1
14	Обобщение	1

5 класс

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	№ урока по теме	Тема учебного занятия по программе
Введение		
1	1	Вводный урок. Основы курса ОБЖ
Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе		
2	1	Опасности в жизни человека
3	2	Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях
4	3	Разновидности чрезвычайных ситуаций. Итоги по главе
Здоровье и как его сохранить		
5	1	Что такое здоровье и здоровый образ жизни
6	2	Как сохранить здоровье. Личная гигиена
7	3	Предупреждение вредных привычек. Основные правила здорового образа жизни. Итоги по главе
Безопасность на транспорте		

8	1	Правила поведения для пешеходов
9	2	Правила поведения для пассажиров
10	3	Если вы водитель велосипеда
11	4	Обобщающий урок по прошедшим модулям
Безопасность в быту		
12	1	Среда обитания человека. Службы, которые всегда приходят на помощь
13	2	Основные правила безопасности на улице
14	3	Безопасность дома. Безопасность в подъезде и на игровой площадке
15	4	Как вести себя при пожаре. Итоги по главе
Безопасность в криминогенных ситуациях		
15	1	Как избежать контактов со злоумышленниками и преступной средой. Советы на всю жизнь.
Основы противодействия терроризму и экстремизму		
16	1	Что такое экстремизм
17	2	Терроризм – крайняя форма экстремизма
18	3	Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта
Безопасность в информационном пространстве		
19	1	Безопасное использование информационных ресурсов
20	2	
Безопасность в природной среде		
21	1	Как погодные условия могут влиять на безопасность человека
22	2	Безопасное поведение на водоёмах при различных погодных условиях
23	3	Стихийные бедствия и их опасности. Итоги по главе
Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера		
24	1	Химическое производство и связанные с ними опасности
25	2	Ядерные объекты и их опасности
26	3	Гидротехнические сооружения и их опасности
27	4	Обобщающий урока по прошедшим модулям
Основы медицинских знаний		
28	1	Основные правила оказания первой помощи
29	2	Первая помощь и взаимопомощь при ожоге. Первая помощь при отравлениях
30	3	Первая помощь при отравлениях
31	4	Первая помощь при травмах. Первая помощь при чрезвычайных обстоятельствах
32	5	Обобщающий урок по модулю
Повторение и обобщение		
33	1	Повторение основных тем
34	2	Обобщение по курсу ОБЖ

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	№ урока по теме	Тема учебного занятия по программе
Введение		
1	1	Вводный урок. Основы курса ОБЖ
Здоровье и как его сохранить		
2	1	Факторы, способствующие сбережению здоровья
3	2	Факторы, разрушающие здоровье
4	3	Профилактика вредных привычек
5	4	Как избежать отрицательного воздействия окружающей среды на развитие и здоровье человека
6	5	Правила личной гигиены
7	6	Туризм как часть комплекса ГТО. Итоги по главе
Безопасность в природной среде		
8	1	Безопасное поведение в туристских походах
9	2	Виды туристских походов
10	3	Как ориентироваться на местности
11	4	Подготовка к проведению туристского похода
12	5	Приметы, по которым можно определить погоду
13	6	Как развести костер при разной погоде
14	7	Если в лесу вас застигла гроза
15	8	Обобщающий урок по прошедшим модулям
16	9	Советы на всю жизнь
17	10	Лыжные походы
18	11	Горные походы
19	12	Водные походы. Способы и средства самопомощи и взаимопомощи в водных походах. Итоги по главе
20	13	Поведение человека в условиях автономного существования в природной среде
21	14	Добровольная и вынужденная автономия человека в природной среде
22	15	Организация ночлега при автономном существовании
23	16	Как добыть питье и пищу в условиях автономии
24	17	Как подать сигналы бедствия. Итоги по главе
25	18	Безопасность при встрече с дикими животными
26	19	Безопасность при встрече со змеёй
27	20	Защита от комаров, мошки, и других насекомых
28	21	Профилактика клещевого энцефалита
29	22	Обобщающий урок по модулю
Основы медицинских знаний		
30	1	Народные средства первой помощи. Первая помощь при травматических повреждениях
31	2	Первая помощь при солнечном и тепловом ударе. Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге
32	3	Психологическая поддержка пострадавшего
Повторение и обобщение		
33	1	Повторение основных тем
34	2	Обобщение по курсу ОБЖ

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	№ урока по теме	Тема учебного занятия по программе
Введение		
1	1	Вводный урок. Основы курса ОБЖ
Безопасность в социуме		
2	1	Стресс и стрессовые ситуации. Как снизить влияние стресса на поведение и общее состояние человека
3	2	Конфликт – особенности общения
4	3	Безопасность в социальных сетях. Итоги по главе
Безопасность в быту		
5	1	Пожарная безопасность в помещениях
6	2	Электробезопасность в повседневной жизни
7	3	Средства бытовой химии. Итоги по главе
Безопасность на транспорте		
8	1	Ситуации, связанные с железнодорожным транспортом
9	2	Безопасность в метрополитене
10	3	Обобщающий урок по прошедшим модулям
Безопасность в общественных местах		
11	1	Как избежать встречи с преступником
12	2	Как избежать встречи с наркоторговцем. Итог по главе
Основы противодействия экстремизму и терроризму		
13	1	Как государство борется с терроризмом
14	2	Особенности современного терроризма
15	3	Виды современной террористической деятельности
16	4	Телефонные террористы
17	5	Как не стать пособником террористов
18	6	Формирование антитеррористического поведения
19	7	Обобщающий урок по модулю
Безопасность в природной среде		
20	1	Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера
21	2	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Землетрясения
22	3	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Извержения вулканов. Оползни. Обвалы
23	4	Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения
24	5	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения
25	6	Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения
26	7	Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического и гидрологического происхождения. Итоги по главе
27	8	Степные, тростниковые, лесные, торфяные пожары. Защита населения от лесных и торфяных пожаров
Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний		
28	1	Эпидемии. Эпизоотии. Эпифитотии. Защита населения от чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения

29	2	Важность своевременного оказания первой помощи
30	3	Первая помощь при электротравме и кровотечениях
31	4	Первая помощь при ушибах и переломах
32	5	Транспортировка пострадавших в медицинское учреждение
Обобщение и повторение		
33	1	Повторение по темам модуля
34	2	Обобщение курса ОБЖ