**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АЛТАЙСКОГО КРАЯ**

**КОМИТЕТ АДМИНИСТРАЦИИ КРАСНОГОРСКОГО РАЙОНА ПО ОБРАЗОВАНИЮ**

**МКОУ "Усть-Ишинская СОШ им.Б.Головина "**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  на заседании ШМО  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Вайчунене Н.М.  № 1 от 29.08.2024 г. | СОГЛАСОВАНО  с педагогическим советом  № 2 от 30.08.2024 г. | УТВЕРЖДЕНО  приказом директора  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Барышникова Г.Ф.  № 130 от 30.08.2024 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 5842743)

**учебного курса «Безопасность в жизни»**

для обучающихся 5 класса

Исполнитель:

учитель ОБЗР

Барышникова Р.В.

**с. Усть-Иша, 2024 г.**

**Пояснительная записка**

    Рабочая программа учебного курса «Безопасность в жизни» разработана на основе требований к результатам освоения программы основного общего образования, представленных в ФГОС ООО, федеральной рабочей программе воспитания, и предусматривает непосредственное применение при реализации ОП ООО.

Программа позволит учителю построить освоение содержания в логике последовательного нарастания факторов опасности от опасной ситуации до чрезвычайной ситуации и разумного взаимодействия человека с окружающей средой, учесть преемственность приобретения обучающимися знаний и формирования у них умений и навыков в области безопасности жизнедеятельности.

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.

**Описание места учебного предмета в учебном плане**

На изучение учебного курса «Безопасность в жизни» в 5-м классе отводится 1 час в неделю. Таким образом, рабочая программа составлена в полном соответствии с учебным планом, а именно: 1 час в неделю, 34 часа в год.

**Планируемые результаты освоения учебного курса**

**Личностные результаты**

1. Воспитание российской гражданской идентичности: патрио­тизма, уважения к Отечеству, прошлому и настоящему многона­ционального народа России; осознание своей этнической при­надлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и че­ловечества; усвоение гуманистических, демократических и тра­диционных ценностей многонационального российского обще­ства; воспитание чувства ответственности и долга перед Роди­ной;
2. 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, а также на основе формирования уважи­тельного отношения к труду, развития опыта участия в социаль­но значимом труде;
3. формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практи­ки, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
4. формирование осознанного, уважительного и доброжелательно­го отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культу­ре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с други­ми людьми и достигать в нём взаимопонимания;
5. освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и эконо­мических особенностей;
6. развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формиро­вание нравственных чувств и нравственного поведения, осо­знанного и ответственного отношения к собственным поступ­кам;
7. формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других ви­дов деятельности;
8. формирование ценности здорового и безопасного образа жиз­ни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопас­ного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения в транспорте и на дорогах;
9. формирование основ экологической культуры, соответствую­щей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
10. осознание значения семьи в жизни человека и общества, приня­тие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое от­ношение к членам своей семьи;
11. развитие эстетического сознания через освоение художествен­ного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

**Метапредметные результаты**

1. Умение самостоятельно определять цели своегообучения, ста­вить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познава­тельной деятельности, развивать мотивы и интересы своей по­знавательной деятельности;
2. умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
3. умение соотносить свои действия с планируемыми результата­ми, осуществлять контроль своей деятельности в процессе до­стижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои дей­ствия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
4. умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
5. владение основами самоконтроля, самооценки, принятия реше­ний и осуществления осознанного выбора в учебной и познава­тельной деятельности;
6. умение определять понятия, создавать обобщения, устанавли­вать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать при­чинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и де­лать выводы;
7. умение создавать, применять и преобразовывать знаки и симво­лы, модели и схемы для решения учебных и познавательных за­дач;
8. смысловое чтение;
9. 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;
10. умение осознанно использовать речевые средства в соответ­ствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей дея­тельности; владение устной и письменной речью, монологиче­ской контекстной речью;
11. формирование и развитие компетентности в области использо­вания информационно-коммуникационных технологий; разви­тие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;
12. формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социаль­ной практике и профессиональной ориентации.

**Предметные результаты**

1. Формирование современной культуры безопасности жизнедея­тельности на основе понимания необходимости защиты лично­сти, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций при­родного, техногенного и социального характера;
2. формирование убеждения в необходимости безопасного и здо­рового образа жизни;
3. понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
4. понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терро­ризма;
5. понимание необходимости подготовки граждан к защите Отече­ства;
6. формирование установки на здоровый образ жизни, исключаю­щий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
7. формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
8. понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
9. знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природно­го, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствий для личности, общества и госу­дарства;
10. знание мер безопасности и правил поведения и умение их при­ме условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
11. умение оказать первую помощь пострадавшим;
12. умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по харак­терным признакам их проявления, а также на основе информа­ции, получаемой из различных источников; готовность прояв­лять предосторожность в ситуациях неопределённости;
13. умение принимать обоснованные решения в конкретной опас­ной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
14. овладение основами экологического проектирования безопас­ной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и со­циальных рисков на территории проживания.

**Содержание курса**

СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

МОДУЛЬ «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ»

**Человек и его безопасность**

Опасности в жизни человека.

Опасные и чрезвычайные ситуации. Источники опасных си­туаций. Возникновение опасных ситуаций из-за человеческого фактора.

Основные правила безопасного поведения в различных ситуа­циях.

Понятия «безопасность», «безопасность жизнедеятельности». Правила безопасности жизни. Краткие сведения о системе государ­ственной защиты в области безопасности.

Разновидности чрезвычайных ситуаций.

Понятие «чрезвычайная ситуация». Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного ха­рактера. Чрезвычайные ситуации социального характера.

МОДУЛЬ «ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ»

**Здоровье и факторы, влияющие на него**

Что такое здоровье и здоровый образ жизни.

Определения понятий «здоровье», «здоровый образ жизни». Фи­зическое здоровье. Духовное здоровье. Неразрывная связь физиче­ского и духовного здоровья.

Как сохранить здоровье.

Режим дня. Отдых. Сон как важнейший признак здоровья. Правильная и неправильная осанка при ходьбе и при работе за письменным столом. Близорукость и дальнозоркость. Развитие фи­зических качеств (сила, быстрота, выносливость). Малоподвижный образ жизни. Двигательная активность. Закаливание и закаливаю­щие процедуры. Питание. Вода, белки, витамины, жиры, мине­ральные вещества, углеводы — необходимые элементы, требующи­еся для развития организма.

Личная гигиена.

Определение понятия «гигиена». Уход за зубами. Уход за кожей. Выбор одежды по сезону. Правила гигиены на каждый день.

Предупреждение вредных привычек.

Вред табакокурения и употребления спиртных напитков. Нега­тивное отношение к приёму наркотических и токсикоманических веществ.

Основные правила здорового образа жизни.

Здоровье и правила его сбережения

Факторы, способствующие сбережению здоровья.

Правильное и неправильное питание. Закаливание организма.

Факторы, разрушающие здоровье.

Долгое сидение за компьютером. Избыточный вес.

Профилактика вредных привычек.

Вред от употребления алкогольных напитков, табака, наркоти­ков. Игромания. Компьютерная игровая зависимость. Как избе­жать этой зависимости.

Как избежать отрицательного воздействия окружающей среды на развитие и здоровье человека.

Физические, химические и социальные антропогенные факто­ры окружающей среды. Экологическая безопасность.

Правила личной гигиены при занятиях туризмом.

Правильный выбор одежды и обуви по сезону для участия в по­ходе. Соблюдение правил личной гигиены в походе.

Туризм как часть комплекса ГТО.

Чрезвычайные ситуации биолого-социального

происхождения

Эпидемии.

Понятия «эпидемия», «пандемия». Пандемия коронавируса. Правила профилактики коронавируса.

Эпизоотии.

Понятия «эпизоотический очаг», «панзоотия». Признаки ин­фекционных заболеваний животных.

Эпифитотии.

Понятия «эпифитотия», «панфитотия». Признаки инфекцион­ных заболеваний растений.

Защита населения от чрезвычайных ситуаций биолого-соци- ального происхождения.

Защита от эпидемий, эпизоотий, эпифитотий.

Здоровье и здоровый образ жизни

Зависимость благополучия человека от его здоровья.

Как сформировать индивидуальную модель здорового образа жизни.

Как избежать инфекционных заболеваний.

Влияние вредных привычек на здоровье человека.

Табакокурение. Электронные сигареты. Не употребляйте алко­гольные напитки. Наркозависимость.

Здоровье как важная составляющая благополучия чело­века.

Физиологическая составляющая здоровья. Психологическая со­ставляющая здоровья. Нравственная составляющая здоровья.

Что включает в себя здоровый образ жизни.

Обязательные правила при составлении режима дня. Преодоле­ние социальных опасностей, угрожающих здоровью и жизни.

Значение репродуктивного здоровья для населения страны.

Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье. Улучшение демографической ситуации на государственном уровне.

Семейно-брачные отношения.

Репродуктивная функция семьи. Что нужно понимать перед тем, как создать семью.

Семейное право в Российской Федерации.

Основные положения Семейного кодекса Российской Федера­ции.

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТРАНСПОРТЕ»

**Безопасное поведение на дорогах и в транспорте**

Правила поведения для пешеходов.

Дорожная разметка. Регулирование дорожного движения. Пе­шеходные переходы (регулируемые и нерегулируемые). Пешеход­ная, велопешеходная и велосипедная дорожки. Дорожные знаки (восемь групп). Транспортные и пешеходные светофоры. Сигналы светофоров. Сигналы регулировщика. Движение пешеходов в горо­де и по загородным дорогам.

Правила поведения для пассажиров.

Общественный транспорт. Школьный автобус. Правила, кото­рые необходимо выполнять пассажирам трамваев, троллейбусов, автобусов, метрополитена.

Если вы водитель велосипеда.

Движение велосипедистов согласно Правилам дорожного дви­жения Российской Федерации. Средства индивидуальной защи­ты велосипедиста. Требования к техническому состоянию велоси­педа.

Дорожно-транспортные происшествия (ДТП) и аварийные ситуации.

Правила безопасного поведения пассажира при передвижении на автомашине. Обязанности водителя, попавшего в ДТП. Кнопка 808 в автомобиле. Аварийные ситуации в городском обществен­ном транспорте.

Безопасность на авиационном и водном транспорте.

Что делать в случае возникновении аварийной ситуации в само­лёте. Безопасность пассажиров морских и речных судов. Как вести себя при кораблекрушении.

**Безопасность в ситуациях, связанных с железнодорожным транспортом и метрополитеном**

Ситуации, связанные с железнодорожным транспортом.

Зоны опасности на железной дороге. «Зацеперы». Поездка в по­езде дальнего следования. Аварийная ситуация в поезде дальнего следования.

Безопасность в метрополитене.

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В БЫТУ»

**Безопасность вашего жилища**

Среда обитания человека.

Особенности сельских поселений. Особенности городов как среды обитания (смог, переработка и хранение бытовых отходов, шум и другие проблемы).

Службы, которые всегда приходят на помощь.

Правила вызова экстренных служб. Единый номер 112.

Основные правила безопасности на улице.

Безопасность в вечернее время. Безопасность в толпе.

Безопасность дома.

Источники опасности в современном жилище. Бытовой газ — источник повышенной опасности. Гигиена жилища.

Безопасность в подъезде и на игровой площадке.

Основные правила безопасности в подъезде и лифте, которые надо соблюдать, чтобы не подвергнуться нападению. Основные правила безопасного поведения на игровой площадке.

Как вести себя при пожаре.

Правила поведения, если пожар в квартире. Рекомендации, как избежать пожара.

Пожарная безопасность в помещениях.

Пожар на кухне, на балконе. Меры предосторожности при рабо­те с печью.

Электробезопасность в повседневной жизни.

Меры предосторожности при использовании электроприборов.

Средства бытовой химии.

Безопасность в быту

Обеспечение личной безопасности в быту.

Пользование водопроводом, канализацией и мусоропроводом. Употребление лекарств. Потеря ключей.

Пожары в зданиях.

Основные причины пожаров в зданиях. Основные поражающие факторы пожара. Правила использования электроприборов. Как вести себя при пожаре в общественном месте.

Предупреждение пожаров и меры по защите населения.

Пожарная профилактика. Основные задачи пожарной охраны. Государственная противопожарная служба (ГПС), её функции.

Права и обязанности граждан в области пожарной безопас­ности.

Ответственность за нарушение требований пожарной безопас­ности.

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ»

Безопасность в криминогенных ситуациях

Как избежать контактов со злоумышленниками и преступ­ной средой.

Понятие «криминогенная ситуация». Разновидности преступле­ний. Правила безопасного поведения на улице, в образовательной организации, дома, которые необходимо соблюдать, чтобы не стать жертвой злоумышленников.

Советы на всю жизнь.

Полезные правила, которые помогут детям и подросткам избе­жать криминальных угроз.

**Как улучшить отношения с окружающими**

Стресс и стрессовые ситуации.

Как снизить влияние стресса на поведение и общее состояние человека.

Методы самовнушения, самоубеждения и самоприказа в борьбе со стрессом.

Конфликт — особенности общения.

Как избежать конфликтной ситуации. Побег из дома. Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их ро­дителей.

Безопасность в социальных сетях.

Как не стать жертвой принуждения к самоубийству (суициду). Как противостоять опасностям вовлечения в группы смерти.

**Опасности вовлечения в экстремистские субкультуры**

«Колумбайн» и «скулшутинг» — опасные враги общества.

Признаки агрессивного поведения у подростков. Не позволяйте собой манипулировать. Как противостоять манипуляциям в ин­формационной среде.

Противодействие вовлечению в криминальные сообщества.

Признаки воздействия криминальных сообществ на учащихся. Что нужно делать, чтобы снизить риск попадания под влияние кри­минальных структур.

МОДУЛЬ «ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ»

**Экстремизм и терроризм — угрозы личности, обществу и государству**

Что такое экстремизм.

Понятия «экстремизм», «экстремистская деятельность». Опас­ные формы экстремистской деятельности. Ответственность за экс­тремистскую деятельность.

Терроризм — крайняя форма экстремизма.

Понятие «терроризм». Различные виды террористической дея­тельности. Ложные сообщения о терактах. Формы проявления тер­роризма. Ответственность несовершеннолетних за участие в терро­ристической деятельности.

Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта.

Признаки наличия взрывного устройства. Правила поведения в различных ситуациях, связанных с проявлением террористиче­ской деятельности.

**Терроризм — угроза обществу и каждому**

Как государство борется с терроризмом.

Государственное законодательство о борьбе с терроризмом. Ос­новные задачи Национального антитеррористического комитета (НАК).

Особенности современного терроризма.

Виды современной террористической деятельности.

Телефонные террористы.

Как не стать пособником террористов.

Как действуют вербовщики террористических организаций. Статьи Уголовного кодекса Российской Федерации, предусмотрен­ные за террористическую деятельность, в том числе для лиц, кото­рым исполнилось на момент преступления 14 лет.

Формирование антитеррористического поведения.

*Противодействие экстремизму и терроризму*

Терроризм — угроза национальной безопасности России.

Основные нормативно-правовые акты по противодействию экстремизму и терроризму.

Федеральные законы «О противодействии экстремистской дея­тельности», «О противодействии терроризму» и другие документы.

Общегосударственное противодействие терроризму.

Основные задачи противодействия терроризму. Основные на­правления предупреждения (профилактики) терроризма. Силовые ведомства, привлекаемые к антитеррористической деятельности.

Противодействие вовлечению в сообщества экстремистской направленности.

Праворадикальные сообщества. Леворадикальные сообщества. Как избежать вовлечения в радикальные сообщества и не попасть под влияние экстремистской идеологии. Общие правила Интер­нет-безопасности с целью противостояния экстремизму и терро­ризму.

Правила поведения в различных ситуациях, связанных с ан- титеррористической безопасностью.

Обнаружение подозрительного предмета, который может ока­заться взрывным устройством. Захват в заложники. Правила пове­дения при захвате самолёта террористами. Обеспечение безопасно­сти при перестрелке.

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В ИНФОРМАЦИОННОМ ПРОСТРАНСТВЕ»

**Безопасность в информационной среде**

Что такое информационная среда.

Понятия «информационная среда», «информационная безопас­ность». Основные источники информации.

Безопасное использование информационных ресурсов.

Понятие «киберзависимость». Правила безопасности для защи­ты от информационных угроз и опасностей.

**Безопасность в Интернете**

Информационная безопасность.

Информационная безопасность детей. Угроза информацион­ной безопасности. Основные правила поведения в социальных сетях.

Компьютерная игромания.

Признаки заболевания у подростков, слишком увлечённых ком­пьютерными играми.

Деструктивное поведение в социальных сетях.

Как не стать жертвой кибербуллинга.

Понятия «буллинг», «кибербуллинг». Способы избежать контак­тов с компьютерными агрессорами.

Как не стать жертвой мошенничества в социальных сетях.

Как распознать действия кибермошенников. Как защитить свои денежные средства при использовании платёжных средств в Ин­тернете.

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ»

**Безопасность в различных погодных условиях и при стихийных бедствиях**

Как погодные условия могут влиять на безопасность чело­века.

Ветер. Гроза. Молния. Правила поведения при грозе. Гололёд и гололедица.

Безопасное поведение на водоёмах.

Правила поведения на замёрзшем водоёме. Безопасность при купании в водоёмах летом.

Стихийные бедствия и связанные с ними опасности.

Землетрясение. Наводнение. Ураган. Сель. Оползень. Правила поведения во время стихийных бедствий.

**Безопасное поведение на природе**

Безопасное поведение в туристских походах.

Основные меры безопасности в туристских походах. Если ту­рист отстал от группы.

Виды туристских походов.

Однодневные и многодневные, местные и дальние туристские походы.

Как ориентироваться на местности.

Ориентирование по Солнцу. Ориентирование по природным признакам. Ориентирование по местным признакам. Способы определения сторон горизонта по компасу, небесным светилам и карте.

Подготовка к проведению туристского похода.

Руководитель похода и его обязанности. Санитар и его обязан­ности. Состав аптечки первой помощи (походной аптечки). Тури­стское снаряжение в зависимости от вида похода.

Приметы, по которым можно определить погоду.

Как развести костёр при разной погоде.

Выбор места для костра и его розжиг. Виды костров.

Если в лесу вас застигла гроза.

Признаки приближающейся грозы. Правильное размещение в укрытии во время грозы.

**Правила безопасного поведения в различных видах походов**

Советы на всю жизнь.

Пеший поход. Ведущий турист. Замыкающий турист. Техника движения по равнинной и пересечённой местности. Устройство бивака.

Лыжные походы.

Особенности снаряжения. Организация движения.

Горные походы.

Организация движения при подъёме и спуске.

Водные походы. Способы и средства самопомощи и взаимопо­мощи в водных походах.

Плавучие средства. Общий распорядок ходового дня. Правила действия во время аварии судна.

**Безопасное поведение при автономном существовании**

Поведение человека в условиях автономного существования в природной среде.

Факторы, способствующие и препятствующие выживанию при автономном существовании.

Добровольная и вынужденная автономия человека в природ­ной среде.

Характерные особенности добровольного и вынужденного су­ществования в природе.

Организация ночлега при автономном существовании.

Сооружение временного жилища. Добывание огня с помощью различных предметов.

Как добыть питьё и пищу в условиях автономии.

Растения, грибы, орехи, которые можно употреблять в пищу. Очистка и обеззараживание воды.

Как подать сигналы бедствия.

Различные средства аварийной сигнализации.

**Опасные встречи в природных условиях**

Безопасность при встрече с дикими животными.

Правила поведения при встрече с дикими животными (лосем, кабаном, волком, медведем и др.).

Безопасность при встрече со змеёй.

Защита от комаров, мошки и других насекомых.

Профилактика клещевого энцефалита.

Клещевой вирусный энцефалит, его переносчики, места и время передачи, последствия заболевания. Способы удаления клещей с тела.

**Чрезвычайные ситуации природного характера**

Классификация чрезвычайных ситуаций природного харак­тера.

Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Зем­летрясение.

Правила при подготовке к землетрясению. Что нужно делать во время землетрясения.

Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Извержения вулканов. Оползни, обвалы.

Что нужно делать при поступившем сигнале о начале стихийно­го бедствия геологического происхождения.

Чрезвычайные ситуации метеорологического происхожде­ния.

Ураганы и бури. Смерчи. Правила поведения при чрезвычайных ситуациях метеорологического происхождения.

Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения.

Наводнения, их виды. Сели. Цунами. Снежные лавины. Прави­ла поведения при чрезвычайных ситуациях гидрологического про­исхождения.

Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения.

Защита от землетрясений и ликвидация их последствий. Защита от вулканических опасностей, оползней и обвалов.

Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологи­ческого и гидрологического происхождения.

Защита от ураганов, бурь, смерчей. Защита от наводнений. Ме­роприятия по защите от селей. Мероприятия по защите от цунами. Защита от снежных лавин.

**Природные пожары**

Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары.

Правила безопасности при возникновении лесных и торфяных пожаров.

Защита населения от лесных и торфяных пожаров.

Средства и способы, которые используются при тушении лес­ных пожаров.

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА»

**Производственные аварии и их опасность для жизни, здоровья и благополучия человека**

Химические производства и связанные с ними опасности.

Понятие «химическое заражение местности». Хлор и аммиак — аварийно химически опасные вещества (АХОВ). Правила действия после оповещения об аварии и угрозе химического заражения. Ин­дивидуальные средства защиты.

Ядерные объекты и их опасности.

Радиационно опасный объект. Радиационная авария. Правила безопасного поведения в условиях радиационной обстановки.

Гидротехнические сооружения и их опасности.

Понятие «гидродинамическая авария». Правила безопасного поведения в условиях гидродинамической аварии.

МОДУЛЬ «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ»

**Первая помощь и правила её оказания**

Основные правила оказания первой помощи.

Цель оказания первой помощи. Неотложные состояния, при ко­торых необходимо оказывать помощь. Телефоны для вызова ско­рой медицинской помощи. Средства из домашней аптечки, кото­рые нужно использовать при оказании первой помощи.

Первая помощь и взаимопомощь при ожоге.

Виды ожогов в зависимости от травмирующего источника, воз­действующего на кожу (термические, электрические, лучевые, хи­мические). Поверхностные и глубокие ожоги. Правила первой по­мощи при различных видах ожогов.

Первая помощь при отравлениях.

Различные пути попадания яда в человеческий организм. Пра­вила безопасности для предупреждения случаев отравления. Пер­вая помощь при отравлении минеральными веществами и бытовой химией.

Первая помощь при травмах.

Понятия «ушиб», «травма». Первая помощь при ушибах и ссади­нах.

Первая помощь при чрезвычайных ситуациях.

Правила оказания первой помощи в условиях различных чрез­вычайных ситуаций.

Важность своевременного оказания первой помощи.

Первая помощь при электротравме.

Первая помощь при кровотечении.

Наружные и внутренние кровотечения. Виды кровотечения —

капиллярное, венозное, артериальное, смешанное. Способы вре­менной остановки наружного кровотечения. Оказание первой по­мощи при носовом кровотечении.

Первая помощь при ушибах и переломах.

Транспортировка пострадавших в медицинское учреждение.

Способы транспортировки пострадавшего.

**Первая помощь в природных условиях**

Народные средства первой помощи

Средства для остановки кровотечения, от кашля, от воспаления.

Первая помощь при травматических повреждениях.

Первая помощь при травме конечностей, при повреждении глаз и носа. Иммобилизация при травме конечностей.

Первая помощь при солнечном и тепловом ударе.

Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге.

Психологическая поддержка пострадавшего.

**Оказание первой помощи**

Значение первой помощи при неотложных состояниях.

Средства, рекомендуемые для оказания первой помощи.

Оказание первой помощи при травмах.

Переломы, вывихи, растяжения.

Оказание первой помощи при утоплении, остановке сердца и коме.

Первая помощь при отравлениях аварийно химически опасны­ми веществами.

Первая помощь при массовых поражениях людей.

Первая помощь при попадании инородного тела в верхние ды­хательные пути.

Действия по удалению инородного тела.

Первая помощь при отсутствии сознания и остановке дыха­ния.

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В ОБЩЕСТВЕННЫХ МЕСТАХ»

**Безопасность в криминогенных ситуациях**

Как избежать встречи с преступником.

Безопасность на улице. Безопасность в городском транспорте. Как обеспечить свою безопасность в квартире. Осторожно: мошен­ничество.

Как избежать встречи с наркоторговцем.

Понятие «наркотизм». Противодействие наркотизму.

**Безопасность в учебном и производственном процессах**

Безопасность на уроках и переменах.

Безопасность на практических занятиях.

**Защита прав потребителей в Российской Федерации**

Права потребителя на безопасность товара.

Основные положения Федерального закона «О защите прав по­требителей».

Защита прав потребителей при использовании приобретён­ного товара.

Безопасность товара (работы, услуги). Информация о товарах (работах, услугах). От чего зависит уровень защищённости потре­бителя от опасного товара.

Защита прав потребителей при продаже товаров потреби­телям.

Права потребителя при обнаружении в товаре недостатков. Замена товара ненадлежащего качества.

Защита прав потребителей при выполнении работ (оказании услуг).

Права потребителя при обнаружении недостатков выполненной работы (оказанной услуги).

МОДУЛЬ «ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА В ОБЕСПЕЧЕНИИ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНИ И ЗДОРОВЬЯ НАСЕЛЕНИЯ»

**Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от их последствий**

Разновидности чрезвычайных ситуаций техногенного харак­тера.

Аварии и катастрофы в современной промышленности и энер­гетике.

Аварии на радиационно опасных объектах и защита населе­ния от их последствий.

Понятие «радиационная защита». Источники облучения. Пра­вила поведения при аварии на радиационно опасном объекте. Меры радиационной защиты населения.

Аварии на химически опасных объектах и защита населения от их последствий.

Источники химической опасности для населения. Правила по­ведения в зоне химической аварии. Правила поведения при движе­нии по заражённой территории. Средства индивидуальной защиты населения от АХОВ.

Аварии на взрывопожароопасных объектах и защита населе­ния от их последствий.

Пожары и взрывы с тяжёлыми социальными и экономическими потерями. Четыре класса опасностей производственных объектов. Средства защиты населения. Как вести себя при взрыве.

Аварии на гидротехнических сооружениях и защита населе­ния от их последствий.

Виды гидротехнических сооружений. Основные причины ава­рий на плотинах. Меры по защите населения.

Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях техноген­ного характера.

Сигнал «Внимание всем!». Общероссийская комплексная систе­ма информирования и оповещения населения в местах массового пребывания людей (ОКСИОН). Действия по сигналам граждан­ской обороны.

Виды и способы эвакуации населения.

Организация эвакуации населения по производственно-терри­ториальному принципу. Виды эвакуации в зависимости от сроков проведения. Локальная, местная, региональная эвакуация. Осо­бенности организации и осуществления эвакуационных мероприя­тий при авариях и катастрофах. Действия после получения инфор­мации об эвакуации.

Инженерные сооружения для защиты населения.

Инженерная защита населения и её функции. Защитные соору­жения гражданской обороны. Противорадиационные укрытия (ПРУ). Простейшие укрытия.

**Национальная безопасность Российской Федерации на современном этапе**

Нормативно-правовая база Российской Федерации в области обеспечения безопасности личности, общества, государства.

Права и обязанности граждан в области безопасности жизнеде­ятельности, изложенные в документах государственного законода­тельства (Конституция Российской Федерации, Стратегия нацио­нальной безопасности Российской Федерации и др.).

Классификация чрезвычайных ситуаций природного и техно­генного характера.

Основные угрозы военной безопасности Российской Федера­ции.

Основные внешние военные опасности. Основные внутренние военные опасности. Основные военные угрозы.

МОДУЛЬ «ЭКОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ»

**Антропогенное влияние на окружающую среду и безопасность**

Источники загрязнения окружающей среды.

Загрязнение атмосферы. Загрязнение почв. Загрязнение вод. Типовые приборы контроля качества окружающей среды и продук­тов питания.

Правила безопасного поведения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.

Безопасное поведение в местах с загрязнённой атмосферой. Безопасное поведение в местах с загрязнённой водой. Безопасное поведение в местах с загрязнённой почвой.

МОДУЛЬ «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

**Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций**

Гражданская оборона.

Система управления гражданской обороной. Мероприятия по гражданской обороне. Подготовка населения в области граждан­ской обороны. Задачи в области гражданской обороны. Принципы организации и ведения гражданской обороны. Права и обязанно­сти граждан в области гражданской обороны. Силы гражданской обороны

Деятельность МЧС России.

Структура и основные задачи МЧС России. Основные функции МЧС России.

Основные функции РСЧС.

Структура единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Силы и средства РСЧС.

**Примерная тематика практических занятий**

Разработка маршрута туристского похода.

Ориентирование на местности (по карте, компасу, местным предметам, природным признакам).

Сооружение жилища для автономного существования.

Оказание первой помощи при травмах.

Оказание первой помощи при кровотечениях.

Оказание первой помощи при ожоге.

Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе.

Оказание первой помощи при электротравме.

Оказание помощи и самопомощи при инфекционных заболева­ниях.

Работа с типовыми приборами для контроля окружающей сре­ды

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов и тем программы** | **Количество часов** | **Электронные (цифровые) образовательные ресурсы** |
|  | Модуль  «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе» | 3 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
|  | Модуль «Здоровье и как его сохранить» | 5 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
|  | Модуль «Безопасность в транспорте» | 3 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
|  | Модуль «Безопасность в быту» | 6 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
|  | Модуль «Безопасность в социуме» | 2 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
|  | Модуль «Основы противодействия экстремизму и терроризму» | 3 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
|  | Модуль «Безопасность в информационном пространстве» | 2 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
|  | Модуль «Безопасность в природной среде» | 3 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
|  | Модуль «Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера» | 3 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
|  | Модуль «Основы медицинских знаний» | 4 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | **34** |  |

**Поурочное планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | **Электронные (цифровые) образовательные ресурсы** |
| **Модуль**  **«Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»** | | | |
| **Тема 1.Человек и его безопасность** | | | |
| 1. | Опасность в жизни человека. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 2. | Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 3. | Разновидность чрезвычайных ситуаций. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| **Модуль «Здоровье и как его сохранить»** | | | |
| **Тема 2. Здоровье и факторы, влияющие на него** | | | |
| 4. | Что такое здоровье и здоровый образ жизни. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 5. | Как сохранить здоровье. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 6. | Личная гигиена. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 7. | Предупреждение вредных привычек. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 8. | Основные правила здорового образа жизни. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| **Модуль «Безопасность в транспорте»** | | | |
| **Тема 3. Безопасное поведение на дорогах и в транспорте** | | | |
| 9. | Правила поведения для пешеходов. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 10. | Правила поведении для пассажиров. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 11. | Если вы водитель велосипеда. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| **Модуль «Безопасность в быту»** | | | |
| **Тема 4. Безопасность вашего жилища** | | | |
| 12. | Среда обитания человека. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 13. | Службы, которые всегда приходят на помощь. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 14. | Основные правила безопасности на улице. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 15. | Безопасность дома. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 16. | Безопасность в подъезде и на игровой площадке. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 17. | Как вести себя при пожаре. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| **Модуль «Безопасность в социуме»** | | | |
| **Тема 5. Безопасность в криминогенных ситуациях** | | | |
| 18. | Как избежать контактов со злоумышленниками и преступной средой. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 19. | Советы на всю жизнь. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| **Модуль «Основы противодействия экстремизму и терроризму»** | | | |
| **Тема 6. Экстремизм и терроризм – угрозы личности, обществу и государству** | | | |
| 20. | Что такое экстремизм. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 21. | Терроризм – крайняя форма экстремизма. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 22. | Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| **Модуль «Безопасность в информационном пространстве»** | | | |
| **Тема 7. Безопасность в информационной среде** | | | |
| 23. | Что такое информационная среда. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 24. | Безопасное использование информационных ресурсов. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| **Модуль «Безопасность в природной среде»** | | | |
| **Тема 8. Безопасность в различных погодных условиях и при стихийных бедствиях** | | | |
| 25. | Как погодные условия могут влиять на безопасность человека. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 26. | Безопасное поведение на водоемах при различных погодных условиях. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 27. | Стихийные бедствия и их опасности. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| **Модуль «Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера»** | | | |
| **Тема 9. Производственные аварии и их опасности для жизни, здоровья и благополучия человека** | | | |
| 28. | Химические производства и связанные с ними опасности. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 29. | Ядерные объекты и их опасности. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 30. | Гидротехнические сооружения и их опасности. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| **Модуль «Основы медицинских знаний»** | | | |
| **Тема 10. Первая помощь и правила её оказания** | | | |
| 31. | Основные правила оказания первой помощи. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 32. | Первая помощь и взаимопомощь при ожоге. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 33. | Первая помощь при отравлениях. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| 34. | Первая помощь при травмах. | 1 | Библиотека ЦОК <https://m.edsoo.ru/7f419506> |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | **34** |  |