

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Вихляевская основная общеобразовательная школа»**

Рассмотрено Педагогическим советом

Протокол №1 от 30 августа 2023года

Утверждаю:

И.О. Директор школы:

А.М. Чувирова

Приказ № 3108-1 от 31 августа 2023 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета
КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
КЛАСС 5-7

Исполнитель: Шимолина Людмила Сергеевна

Учитель

Деревня Вихляева

2023-2024 учебный год

Рабочая учебная программа предмета «Культура безопасности жизнедеятельности»

5-7 класс

Раздел I

Планируемые результаты освоения учебного предмета

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования результатами изучения предмета культура безопасности жизнедеятельности является развитие у учащихся компетентностей – социально-адаптивной (гражданственной), когнитивной (познавательной), информационно-технологической, коммуникативной, овладение универсальными учебными действиями значимо для социализации, мировоззренческого и духовного развития учащихся, позволяющими им ориентироваться в социуме и быть востребованными в жизни.

Предметные результаты:

- 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;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- 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;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Раздел II

Содержание учебного предмета

При изучении тематики КБЖ можно выделить **пять основных видов учебной деятельности обучающихся:**

1. Учебно-познавательную, включающую:

- изучение нового учебного материала на уроках;
- выполнение домашней работы с использованием учебной литературы и ресурсов сети Интернет для расширения познания о реальном окружающем мире, факторах риска для жизни и здоровья, об опасных и чрезвычайных ситуациях, их последствиях, о здоровом образе жизни и его составляющих.

2. Аналитическую, включающую:

- установление причинно-следственной связи между явлениями и событиями, происходящими в окружающей среде;
- планирование личного поведения с учетом реальной ситуации и личных возможностей.

3. Практическую, цель которой — формирование личных убеждений, качеств и привычек, способствующих снижению фактора риска для жизни и здоровья в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; формирование современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, индивидуальной системы здорового образа жизни; воспитание антитеррористического поведения.

4. Поисково-исследовательскую, включающую:

- наблюдение, поэтапное фиксирование результатов, сопоставление результатов исследовательского и контрольного материала с помощью разнообразных методов и приемов.

5. Творческую, включающую:

- самостоятельное раскрытие новых сторон изучаемых явлений, приобретения знаний о новых фактах, умения видеть новое в уже известных фактах.

Вся деятельность строится в рамках следующих тем.

Основы безопасности личности, общества и государства

Человек, среда его обитания, безопасность человека

Город как среда обитания. Роль городов в развитии человеческого общества. Особенности современных городов, их деление в зависимости от количества жителей. Система жизнеобеспечения современных городов. Наиболее характерные опасные ситуации для человека, которые могут возникнуть в городе.

Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища. Система обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом. Бытовые приборы, используемые человеком в повседневной жизни. Возможные опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище; меры по их профилактике.

Особенности природных условий в городе. Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат города. Особенности природной среды в городе. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды.

Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность. Особенности социальной среды в городе с учетом его предназначения (город-столица, город-порт и др.). Зоны повышенной криминогенной опасности, зоны безопасности в городе. Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе: с взрослыми и сверстниками, с незнакомым человеком.

Безопасность в повседневной жизни. Общие понятия об опасных и ЧС. Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в городе. Основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.

Природа и человек. Особенности природной среды. Необходимость сохранения окружающей природной среды.

Ориентирование на местности. Понятие ориентирования на местности. Способы определения сторон горизонта в дневное и ночное время.

Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Определение своего местонахождения с помощью карты. Способы ориентирования карты: по компасу, по линиям местности, по направлениям на местные предметы.

Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. Умения, которыми должен овладеть человек для безопасного существования в природной среде: сооружение временного укрытия из подручных средств; способы добывания огня; способы обеспечения питьевой водой.

Опасные ситуации техногенного характера

Чрезвычайные ситуации техногенного характера

Чрезвычайные ситуации техногенного характера: аварии на радиационноопасных объектах; аварии на пожаро-взрывоопасных объектах; аварии на химических объектах. Обеспечение личной безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Действия населения при оповещении об угрозе возникновения чрезвычайной ситуации. Организация эвакуации населения. Правила безопасного поведения при проживании на радиоактивно загрязненной местности.

Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения

Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения. Регулирование дорожного движения; дорожная разметка; дорожные знаки; светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения.

Пешеход. Безопасность пешехода

Пешеход - участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге.

Пассажир. Безопасность пассажира

Пассажир, общие обязанности пассажира. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Меры безопасности при поездке железнодорожным транспортом. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом.

Основные понятия и термины правил дорожного движения Регулирование дорожного движения

Безопасность велосипедиста. Дорожные знаки (предупреждающие, информационные, знаки особых предписаний).

Пожарная безопасность.

Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище; личная безопасность при пожаре.

Безопасное поведение в бытовых ситуациях.

Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Общие правила безопасного поведения в быту. Безопасное обращение с электроприборами, с бытовым газом, со средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с

инструментами и компьютером. Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.

Опасные ситуации природного характера.

Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения в предвидении и во время опасных природных явлений.

Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Опасности, возникающие при неожиданной встрече с дикими животными в природной среде. Рекомендации специалистов по безопасному поведению в природных условиях при встрече с дикими животными. Меры безопасности при встрече со змеей.

Укусы насекомых и защита от них. Кровососущие насекомые и средства защиты от них. Жалящие насекомые и защита от них. Лесные клещи, места их обитания, опасность их укуса.

Клещевой энцефалит и его профилактика. Опасность для здоровья человека в случае заражения клещевым энцефалитом. Пути заражения клещевым энцефалитом. Меры профилактики клещевого энцефалита.

Безопасность на водоемах

Водоемы в черте города. Состояние водоемов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года.

Опасные ситуации социального характера

Ситуации криминогенного характера и личная безопасность

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации.

Обеспечение личной безопасности дома

Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома.

Обеспечение личной безопасности на улице

Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасных ситуаций. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знания расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и др.). Умение соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе. Взрывное устройство на улице.

Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму

Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность. Терроризм – преступление, представляющее серьезную угрозу национальной безопасности России. Факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность.

Роль нравственных позиций и личных качеств подростков в формировании антитеррористического поведения. Влияние уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности на формирование антитеррористического поведения. Профилактика террористической и экстремистской деятельности.

Чрезвычайные ситуации природного характера

Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы. Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера.

Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического происхождения

Защита населения от последствий ураганов и бурь. Опасность ураганов и бурь для жизнедеятельности человека. Организация защиты населения от ураганов и бурь. Рекомендации специалистов МЧС России по безопасному поведению во время ураганов и бурь.

Защита населения от чрезвычайных ситуаций гидрологического происхождения

Защита населения от последствий наводнений. Общие профилактические мероприятия по защите населения от наводнения. Оперативные мероприятия по проведению спасательных и других неотложных работ в районе чрезвычайной ситуации.

Защита населения от последствий селевых потоков. Общие мероприятия по защите населения от последствий селевых потоков. Профилактические мероприятия по защите населения, проживающего в селеопасных районах. Рекомендации специалистов МЧС России по безопасному поведению в селеопасных районах.

Защита населения от цунами. Основные мероприятия по защите населения от цунами. Рекомендации специалистов МЧС России по безопасному поведению во время и после цунами.

Защита населения от природных пожаров

Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения. Профилактические мероприятия по предотвращению возникновения лесных пожаров. Система охраны леса. Правила поведения при пожаре в лесу.

Основы здорового образа жизни

Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств. Основные составляющие здорового образа жизни. Режим дня и умение рационально распределять свое время как основное составляющее здорового образа жизни.

Двигательная активность и закаливание организма - необходимые условия укрепления здоровья

Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Систематические занятия физической культурой - обязательные условия для укрепления и сохранения здоровья.

Рациональное питание. Гигиена питания

Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества: углеводы, жиры, белки, витамины, минеральные вещества, вода. Гигиена питания.

Утомление, его причины и возможные последствия. Профилактика утомления.

Компьютер и его влияние на здоровье. Роль компьютера в жизни современного человека. Влияние работы за компьютером на здоровье человека. Безопасный режим работы школьника за компьютером.

Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.

Курение Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного дыма на организм курящего и на окружающих. Возможные последствия для здоровья человека от постоянного курения. Как уберечь себя от курения.

Употребление алкоголя Алкоголь - наркотический яд. Влияние алкоголя на организм человека. Возможные последствия употребления алкоголя. Алкоголь и преступность. Отношение человека, ведущего здоровый образ жизни, к употреблению спиртных напитков.

Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека. Психоактивные вещества и наркотики. Наркомания и механизм формирования наркотической зависимости. Основные причины распространения наркомании.

Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ. Наркомания и ее распространение. Первая проба наркотиков – начало развития наркомании.

Потенциальные возможности человека, значение образа жизни и привычек для их реализации по совершенствованию духовных и физических качеств. Вредные привычки, их отрицательное влияние на развитие способностей человека и на его здоровье.

Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях. Основные правила личной гигиены, которые необходимо соблюдать в походной жизни. Умение оказать первую помощь (самопомощь и взаимопомощь) и обеспечить безопасность туриста. Индивидуальная аптечка, ее предназначение и содержание.

Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Зависимость здоровья человека от состояния окружающей среды. Влияние производственной деятельности человека на загрязнение окружающей природной среды. Пути повышения устойчивости организма человека к неблагоприятному воздействию на него внешней среды.

Стресс и его влияние на человека. Определение понятий «стресс», «стрессовый фактор». Стадии стресса, влияние сильного стресса на здоровье. Общие принципы борьбы со стрессом.

Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте. Особенности развития организма в подростковом возрасте. Возможные функциональные расстройства организма подростка. Правила личной гигиены в подростковом возрасте.

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.

Общие правила оказания первой помощи. ПП и ее назначение. Общий порядок в оказании ПП. Ситуации, в которых необходимо вызывать «скорую помощь».

Оказание первой помощи при наружном кровотечении. Понятие «кровотечение». Оказание ПП при незначительных ранах. Оказание ПП при сильном кровотечении, вызов «скорой помощи».

Оказание первой помощи при ушибах и переломах. Общие правила оказания первой помощи при ушибах, переломах. Наложение поддерживающей и фиксирующей повязки, мягкой шины.

Общие правила транспортировки пострадавшего. Общие рекомендации при транспортировке пострадавшего. Способы транспортировки пострадавшего.

Оказание первой помощи при травмах. Оказание первой помощи при ссадинах и потертостях. Оказание первой помощи при ушибах и вывихах. Оказание первой помощи при растяжениях и разрывах связок.

Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и термическом ожоге. Причины, способствующие возникновению в походных условиях теплового и солнечного ударов, отморожения и термического ожога. Внешние проявления и состояния человека при возникновении условиях теплового и солнечного ударов, отморожения и термического ожога.

Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых. Рекомендации по правилам оказания первой помощи при укусах змей и насекомых. Последовательность и правила оказания первой помощи при укусах змей и насекомых.

Раздел III

Тематическое планирование

5 класс

№ урока	Тема урока	Кол-во часов
1.	Город - как источник опасности.	1
2.	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность.	1
3.	Антиобщественное поведение и его опасность	1
4.	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.	1
5.	Безопасное поведение в бытовых ситуациях.	1
6.	Правила пожарной безопасности.	1
7.	Контрольная работа «Правила поведения при пожаре».	1
8.	Затопление квартиры.	1
9.	Электричество.	1
10.	Опасные вещества.	1
11.	Взрыв и обрушение дома.	1
12.	Опасные ситуации на улице.	1
13.	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения.	1
14.	Пешеход. Безопасность пешехода.	1
15.	Транспорт- зона повышенной опасности.	1
16.	Пассажир. Безопасность пассажира.	1
17.	Водитель	1

18.	Безопасность велосипедиста.	1
19.	Контрольная работа «Безопасность дорожного движения»	1
20.	Погодные условия и безопасность человека	1
21.	Безопасность на водоемах.	1
22.	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1
23.	Чрезвычайные ситуации техногенного характера.	1
24.	О здоровом образе жизни.	1
25.	Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья.	1
26.	Рациональное питание. Гигиена питания.	1
27.	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.	1
28.	Контрольная работа «ЗОЖ»	1
29.	Практическая работа «Первая медицинская помощь при различных повреждениях».	1
30.	Практическая работа «Оказание мед.помощи при ушибах, ссадинах, кровотечениях».	1
31.	Первая медицинская помощь при отравлениях.	1
32.	Итоговая контрольная работа	1
33.	Презентация творческих проектов по культуре безопасности жизнедеятельности	1
34.	Резерв	1
35.	Резерв	1

6 класс

№ урока	Тема урока	Кол-во часов
1.	Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.	1
2.	Надежная одежда и обувь необходимые для безопасности.	1
3.	Экстремальные ситуации в природе и их причины	1
4.	Как избежать попадания в экстремальную ситуацию.	1
5.	Основные правила поведения в экстремальной ситуации.	1
6.	Определение направления выхода.	1
7.	Практическое занятие. Ориентирование.	1
8.	Сооружение временного жилища.	1
9.	Способы добычи огня.	1
10.	Обеспечение питанием и водой.	1
11.	Сигналы бедствия.	1
12.	Опасные погодные явления	1
13.	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях	1
14.	Укусы насекомых, клещевой энцефалит. Защита от них	1
15.	Контрольная работа «Экстремальные ситуации в природе»	1
16.	Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях.	1
17.	Оказание первой медицинской помощи при травмах	1
18.	Оказание ПМП при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге..	1
19.	Оказание ПМП при укусах змей и насекомых	1
20.	Практическая работа «ПМП при травмах, тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге, укусах змей и насекомых»	1

21.	Контрольная работа «ПМП при травмах, тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге, укусах змей и насекомых»	1
22.	ЗОЖ и профилактика утомления	1
23.	Компьютер и его влияние на здоровье	1
24.	Дискуссия «Компьютер За и Против»	1
25.	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	1
26.	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	1
27.	Коллективные и индивидуальные средства защиты.	1
28.	Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека	1
29.	Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ	1
30.	Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность.	1
31.	Итоговая контрольная работа	1
32.	Анализ контрольной работы. Работа над ошибками.	1
33.	Презентация творческих проектов по культуре безопасности жизнедеятельности	1
34.	Резерв	1
35.	Резерв	1

7 класс

№ урока	Тема урока	Кол-во часов
1.	Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе. Повторение.	1
2.	Чрезвычайные ситуации природного характера. Повторение	1
3.	Основные правила поведения в экстремальной ситуации. Повторение	1
4.	Как избежать попадания в экстремальную ситуацию.	1
5.	Основные правила поведения в экстремальной ситуации.	1
6.	Определение направления выхода.	1
7.	Практическое занятие. Ориентирование.	1
8.	Землетрясения. Классификация землетрясений. Правила безопасного поведения при землетрясениях.	1
9.	Вулканы.	1
10.	Оползни, сели, обвалы, снежные лавины. Правила безопасного поведения	1
11.	Ураганы, бури, смерчи. Правила безопасного поведения	1
12.	Наводнения. Правила безопасного поведения	1
13.	Цунами.	1
14.	Лесные и торфяные пожары. Правила безопасного поведения	1
15.	Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях.	1
16.	Контрольная работа «Чрезвычайные ситуации природного характера»	1
17.	Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность.	1
18.	Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения.	1
19.	Психологическая уравновешенность.	1

20.	Стресс и его влияния на человека.	1
21.	Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.	1
22.	Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.	1
23.	Общие правила оказания первой помощи	1
24.	Оказание первой помощи при наружном кровотечении.	1
25.	Оказание первой помощи при ушибах и переломах.	1
26.	Повязки. Общая характеристика.	1
27.	Практическая работа «Отработка практических навыков наложения повязок на руку».	1
28.	Компьютер и его влияние на здоровье	1
29.	Дискуссия «Компьютер За и Против»	1
30.	Общие правила транспортировки пострадавшего.	1
31.	Обобщающий урок по основам медицинских знаний и оказание первой помощи.	1
32.	Итоговая контрольная работа	1
33.	Презентация творческих проектов по культуре безопасности жизнедеятельности	1
34.	Резерв	1
35.	Резерв	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 506007919238457772130328223527430359021468957987

Владелец Чувирова Анастасия Михайловна

Действителен с 08.11.2022 по 08.11.2023