

# МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Комитет образования и науки Волгоградской области

Департамент по образованию администрации Волгограда

**МОУ Лицей №9**

**РАССМОТРЕНО**

На заседании МО учителей  
физической культуры и ОБЗР,  
Руководитель МО  
Истомина Л.В.  
Протокол № 1 от 30.08.2024 г.

**СОГЛАСОВАНО**

заместитель директора  
Шульга П.В.

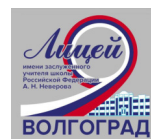
30.08.2024г.

**УТВЕРЖДЕНО**

директор лицея

Жигульская И.В.

Приказ №522 от 30.08.2024г



Подписано: Жигульская Ирина Викторовна  
ФИО: Жигульская Ирина Викторовна, с.ш.ш.  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ  
ТИПОВ № 9 ИМЕНА ЗАСЛУЖЕННОГО  
УЧЕБНИКА РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ А.И. НЕВЕРОВА  
ДЕПАРТАМЕНТА РАЙОНА ВОЛГОГРАДА,  
ipal-lyceum@obrazmi.ru  
Дата: 2024.11.02 10:45:41 +0300

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного курса «Твоя безопасность»

для обучающихся 5-7 классов

Волгоград 2024

## Пояснительная записка

Рабочая программа учебного курса «Твоя безопасность» (5-7 класс)

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

В Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2023 г. отмечено: «В условиях глобализации процессов мирового развития, международных политических и экономических отношений, формирующих новые угрозы и риски для развития личности, общества и государства, Россия в качестве гаранта благополучного национального развития переходит к новой государственной политике в области национальной безопасности».

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.

Цели и основные задачи программы учебного курса «Твоя безопасность»:

### **Цели:**

- Формирование безопасного поведения учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- Понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья- как индивидуальной и общественной ценности;
- Принятие учащимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи, справедливости судов и ответственности власти;
- антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение к приёму психоактивных веществ, в том числе, наркотиков;
- готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию.

### **Задачи:**

- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Учебный курс «Твоя безопасность» разработан для 5-7 класса.

Продолжительность реализации программы учебного курса - на каждый класс 34 часа (1 час в неделю)

## **Планируемые результаты:**

### **Личностные результаты:**

- развитие духовных и физических качеств, обеспечивающих защищенность личных и общественных интересов от внешних природных и социальных угроз;
- понимание важности сохранения своего здоровья и осознанно выполнять правила безопасности в конкретной ситуации;
- формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей среды и к жизни человека, а также к своей жизни.

### **Метапредметные результаты:**

- овладение умениями формулировать понятия, что такое опасность и безопасность; 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;
- овладевать навыками безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; оценивать свои поступки; уметь находить пути решения поставленных задач;
- моделировать личные подходы к собственной безопасности и нестандартной ситуации;
- приобретение личного опыта в поиске необходимой информации, умении анализировать ее и делать выводы;
- развитие умения формулировать свои мысли, умения принимать точку зрения собеседника, понимать право существования иного мнения; умение работать в коллективе;
- освоение алгоритмами действия в опасной и чрезвычайной ситуации в повседневной жизни и на отдыхе.

### **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 и социального характера;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА**

**Для 5 -6 класса**

### **Модуль 1. Подготовка к активному отдыху на природе**

Природа и человек. Общение с живой природой – естественная потребность человека для развития своих духовных и физических качеств. Активный отдых на природе и необходимость подготовки к нему. Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего места нахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту.

### **Модуль 2. «Активный отдых на природе и безопасность»**

Погода и её основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололёд, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений. Водоёмы в черте города. Состояние водоёмов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоёмах в различное время года.

### **Модуль 3. «Дальний (внутренний) и выездной туризм и меры безопасности»**

В последнее время в нашей стране туризм приобретает все большую популярность и становится одним из основных видов активного отдыха, с помощью которого человек познает окружающий мир, знакомится с культурой, обычаями и традициями различных народов, проверяет свои физические и духовные возможности в преодолении различных трудностей

### **Модуль 4. «Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде»**

Чтобы обеспечить свою безопасность в природной среде, необходимо уметь не только ориентироваться на местности и двигаться по маршруту в заданном направлении, но и сооружать из подручных средств временное укрытие от ветра, дождя, снега и т. д., обеспечивать себя питьевой водой, разводить костёр, готовить на нём пищу, применять сигналы бедствия. Необходимо также знать, какие растения, ягоды и грибы можно использовать в пищу.

### **Модуль 5. «Опасные ситуации в природных условиях»**

Опасные ситуации могут возникать при встрече с дикими животными. Опасные ситуации могут возникать вследствие неблагоприятных погодных условий. Опасные ситуации могут возникать вследствие неправильного взаимодействия с насекомыми или употребления ядовитых растений и грибов.

4. Для того, чтобы путешествие прошло успешно и безопасно, нужно предварительно изучить всю флору и фауну, погодные условия данной местности.

### **Модуль 6. «Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.»**

Первая помощь при травмах. Первая помощь при перегревании и тепловом ударе, при ожогах и обморожении. Первая помощь при отравлении жидкостями, пищей, парами, газом. Первая помощь при попадании инородных тел в глаз, ухо, нос. Первая помощь при укусах насекомых, змей, собак и кошек.

### **Модуль 7. «Здоровье человека и факторы на него влияющие»**

«Правила безопасного поведения в школе и дома». Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминальной ситуации. Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминальных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома. Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасных ситуаций. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и зоны повышенной опасности). Умение соблюдать правила безопасности в общественных местах, в толпе, в школе.

### **Содержание учебного курса для 7 класса**

**Модуль 1. « Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения»** Природная чрезвычайная ситуация – обстановка на определенной территории или акватории, сложившейся в результате возникновения источника природной чрезвычайной ситуации, который может повлечь или повлек за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей и (или) окружающей природной среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей. Природные чрезвычайные ситуации различают по масштабам и характеру источника возникновения, они характеризуются значительным поражением и гибелью людей, а также уничтожением материальных ценностей.

### **Модуль 2. «Чрезвычайные ситуации геологического происхождения и защита населения от них»**

Стихийные бедствия геологического характера (Литосферные).

Подразделяются на бедствия, вызванные землетрясениями, извержениями вулканов, оползнями, селями, снежными лавинами, обвалами, просадками земной поверхности в результате карстовых явлений.

### **Модуль 3. «Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения и защита населения от них»**

Какие чрезвычайные ситуации метеорологического характера. Стихийные бедствия метеорологического характера (ураганы, бури, смерчи, снежные заносы). Ураганы, бури, смерчи - это чрезвычайно быстрое и сильное, нередко большой разрушительной силы и значительной продолжительности движение воздуха.

### **Модуль 4. «Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения и защита населения от них».**

Гидрологические опасные явления: высокий уровень воды: о половодье; о дождевые паводки; о заторы и зажоры; о ветровой нагон; низкий уровень воды; ранний ледостав и появление льда на судоходных водоемах и реках; повышение уровня грунтовых вод (подтопление).

### **Модуль 5 «Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения»**

Биолого-социальная чрезвычайная ситуация - состояние, при котором в результате возникновения источника биолого-социальной чрезвычайной ситуации на определенной территории нарушаются нормальные условия жизни и деятельности людей, существования сельскохозяйственных животных и произрастания растений, возникает угроза

### **Модуль 6. «Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму»**

Правовую основу противодействия терроризму составляют Конституция Российской Федерации, общепризнанные принципы и нормы международного права, международные договоры Российской Федерации, настоящий Федеральный закон и

другие федеральные законы, нормативные правовые акты Президента Российской Федерации, нормативные

**Модуль 7. «Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека»**

При правильном и строгом его соблюдении вырабатывается четкий ритм функционирования организма. А это, в свою очередь, создает наилучшие условия для работы и восстановления, тем самым способствует укреплению здоровья. Режим дня необходимо соблюдать с первых дней жизни. От этого зависит здоровье и правильное развитие

**Модуль 8. «Первая помощь при неотложных состояниях»**

Прежде чем приступать к оказанию первой медицинской помощи необходимо принять меры к прекращению воздействия повреждающих факторов – потушить горящую одежду, прекратить воздействие на пострадавшего электрического тока, вытащить пострадавшего из воды или вывести из горящего здания и т. д.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
5 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Модуль 1. «Подготовка к активному отдыху на природе»	6	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
2	Модуль 2. «Активный отдых на природе и безопасность»	5	0	2	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
3	Модуль 3 «Дальний (внутренний) и выездной туризм и меры безопасности»	6	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
4	Модуль 4. «Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде»	4	0	3	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
5	Модуль 5. «Опасные ситуации в природных условиях»	4	0	2	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
6	Модуль 6. «Первая помощь при неотложных состояниях»	4	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
7	Модуль 7. «Здоровье человека и факторы на него влияющие»	5	1	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	1	11	

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 5 КЛАСС

№ п/п	Темаурока	Количествочасов			Датаизуч ения	Электронныцифровыеобразовательн ыересурсы
		Всего	Контрольн ыеработы	Практические работы		
1	Природа и человек	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac5d4">https://m.edsoo.ru/f5eac5d4</a>
2	Ориентирование на местности	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>
3	Определение своего местонахождения и направления движения на местности	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac8c2">https://m.edsoo.ru/f5eac8c2</a>
4	Подготовка к выходу на природу	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacc82">https://m.edsoo.ru/f5eacc82</a>
5	Определения места для бивака и организация бивачных работ	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacdf4">https://m.edsoo.ru/f5eacdf4</a>
6	Определение необходимого снаряжения для похода	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacf84">https://m.edsoo.ru/f5eacf84</a>
7	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе	1	0	0		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3324/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3324/start/</a>
8	Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5ead51a">https://m.edsoo.ru/f5ead51a</a>
9	Подготовка и проведение	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5ead68c">https://m.edsoo.ru/f5ead68c</a>



	ЛЫЖНЫХ ПОХОДОВ					
10	Водные походы и обеспечение безопасности на воде	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eae0">https://m.edsoo.ru/f5eae0</a>
11	Велосипедные походы и безопасность туристов	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf78e">https://m.edsoo.ru/f5eaf78e</a>
12	.Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем (внутреннем) и выездном туризме	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf946">https://m.edsoo.ru/f5eaf946</a>
13	Акклиматизация человека в различных климатических условиях	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb038c">https://m.edsoo.ru/f5eb038c</a>
14	Акклиматизация в горной местности	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb06f2">https://m.edsoo.ru/f5eb06f2</a>
15	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0a76">https://m.edsoo.ru/f5eb0a76</a>

16	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте	1	0	0		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3342/start/https://resh.edu.ru/subject/lesson/3324/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3342/start/https://resh.edu.ru/subject/lesson/3324/start/</a>
17	Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0d96">https://m.edsoo.ru/f5eb0d96</a>
18	Автономное существование человека в природе	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb14e4">https://m.edsoo.ru/f5eb14e4</a>
19	Добровольная автономия человека в природной среде	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb1da4">https://m.edsoo.ru/f5eb1da4</a>
20	Вынужденная автономия человека в природной среде	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb279a">https://m.edsoo.ru/f5eb279a</a>
21	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e">https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e</a>
22	Опасные погодные явления	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb2d94">https://m.edsoo.ru/f5eb2d94</a>
23	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3384">https://m.edsoo.ru/f5eb3384</a>
24	Укусы насекомых и защита от них	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacc82">https://m.edsoo.ru/f5eacc82</a>

25	Клещевой энцефалит и его профилактика	1	0	1	
26	Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8">https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8</a>
27	Оказание первой помощи при травмах	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3f82">https://m.edsoo.ru/f5eb3f82</a>
28	Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb4568">https://m.edsoo.ru/f5eb4568</a>
29	Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых.	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a>
30	Здоровый образ жизни и профилактика утомления	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5831/start/109410/https://resh.edu.ru/subject/lesson/3326/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5831/start/109410/https://resh.edu.ru/subject/lesson/3326/start/</a>
31	Компьютер и его влияние на здоровье	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4012/start/228635/https://resh.edu.ru/subject/lesson/3342/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4012/start/228635/https://resh.edu.ru/subject/lesson/3342/start/</a>
32	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb4568">https://m.edsoo.ru/f5eb4568</a>
33	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb4568">https://m.edsoo.ru/f5eb4568</a>
34	Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ	1	1	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	1	9	

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ****6 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Модуль 1. «Подготовка к активному отдыху на природе»	6	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
2	Модуль 2. «Активный отдых на природе и безопасность»	5	0	2	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
3	Модуль 3 «Дальний (внутренний) и выездной туризм и меры безопасности»	6	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
4	Модуль 4. «Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде»	4	0	3	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
5	Модуль 5. «Опасные ситуации в природных условиях»	4	0	2	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
6	Модуль 6. «Первая помощь при неотложных состояниях»	4	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
7	Модуль 7. «Здоровье человека и факторы на него влияющие»	5	1	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО		34	1	9	

ΠΡΟΓΡΑΜΜΕ				
-----------	--	--	--	--

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 6 КЛАСС

№ п/п	Темаурока	Количествочасов			Датаизучения	Электронныцифровыеобразовательныересурсы
		Всего	Контрольн ыеработы	Практические работы		
1	Природа и человек	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac5d4">https://m.edsoo.ru/f5eac5d4</a>
2	Ориентирование на местности	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>
3	Определение своего местонахождения и направления движения на местности	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac8c2">https://m.edsoo.ru/f5eac8c2</a>
4	Подготовка к выходу на природу	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacc82">https://m.edsoo.ru/f5eacc82</a>
5	Определения места для бивака и организация бивачных работ	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacdf4">https://m.edsoo.ru/f5eacdf4</a>
6	Определение необходимого снаряжения для похода	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacf84">https://m.edsoo.ru/f5eacf84</a>
7	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе	1	0	0		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3324/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3324/start/</a>
8	Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5ead51a">https://m.edsoo.ru/f5ead51a</a>
9	Подготовка и проведение	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5ead68c">https://m.edsoo.ru/f5ead68c</a>

	ЛЫЖНЫХ ПОХОДОВ					
10	Водные походы и обеспечение безопасности на воде	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eae0">https://m.edsoo.ru/f5eae0</a>
11	Велосипедные походы и безопасность туристов	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf78e">https://m.edsoo.ru/f5eaf78e</a>
12	.Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем (внутреннем) и выездном туризме	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf946">https://m.edsoo.ru/f5eaf946</a>
13	Акклиматизация человека в различных климатических условиях	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb038c">https://m.edsoo.ru/f5eb038c</a>
14	Акклиматизация в горной местности	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb06f2">https://m.edsoo.ru/f5eb06f2</a>
15	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0a76">https://m.edsoo.ru/f5eb0a76</a>

16	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте	1	0	0		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3342/start/https://resh.edu.ru/subject/lesson/3324/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3342/start/https://resh.edu.ru/subject/lesson/3324/start/</a>
17	Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0d96">https://m.edsoo.ru/f5eb0d96</a>
18	Автономное существование человека в природе	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb14e4">https://m.edsoo.ru/f5eb14e4</a>
19	Добровольная автономия человека в природной среде	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb1da4">https://m.edsoo.ru/f5eb1da4</a>
20	Вынужденная автономия человека в природной среде	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb279a">https://m.edsoo.ru/f5eb279a</a>
21	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e">https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e</a>
22	Опасные погодные явления	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb2d94">https://m.edsoo.ru/f5eb2d94</a>
23	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3384">https://m.edsoo.ru/f5eb3384</a>
24	Укусы насекомых и защита от них	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacc82">https://m.edsoo.ru/f5eacc82</a>



25	Клещевой энцефалит и его профилактика	1	0	1	
26	Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8">https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8</a>
27	Оказание первой помощи при травмах	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3f82">https://m.edsoo.ru/f5eb3f82</a>
28	Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb4568">https://m.edsoo.ru/f5eb4568</a>
29	Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых.	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a>
30	Здоровый образ жизни и профилактика утомления	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5831/start/109410/https://resh.edu.ru/subject/lesson/3326/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5831/start/109410/https://resh.edu.ru/subject/lesson/3326/start/</a>
31	Компьютер и его влияние на здоровье	1	0	0	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4012/start/228635/https://resh.edu.ru/subject/lesson/3342/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4012/start/228635/https://resh.edu.ru/subject/lesson/3342/start/</a>
32	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb4568">https://m.edsoo.ru/f5eb4568</a>
33	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека	1	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb4568">https://m.edsoo.ru/f5eb4568</a>
34	Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ	1	1	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	1	9	

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ  
7 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
1	Модуль 1. «Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения»	3	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
2	Модуль 2. «Чрезвычайные ситуации геологического происхождения и защита населения от них»	6	0	2	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
3	Модуль 3. «Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения и защита населения от них»	3	0	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
4	Модуль 4. «Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения и защита населения от них»	8	0	3	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
5	Модуль 5 «Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения»	4	0	2	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
6	Модуль 6. «Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму»	2	0	1	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
7	Модуль 7. «Здоровый образ жизни»	3	0	0	

	и его значение для гармоничного развития человека»				
8	Модуль 8. «Первая помощь при неотложных состояниях»	5	1	0	Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/7f419506">https://m.edsoo.ru/7f419506</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ			1	9	

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 7 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Различные природные явления.	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac5d4">https://m.edsoo.ru/f5eac5d4</a>
2	Общая характеристика природных явлений.	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac746">https://m.edsoo.ru/f5eac746</a>
3	Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера.	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eac8c2">https://m.edsoo.ru/f5eac8c2</a>
4	Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и возможные последствия.	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacc82">https://m.edsoo.ru/f5eacc82</a>
5	Правила безопасного поведения населения при землетрясении.	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacdf4">https://m.edsoo.ru/f5eacdf4</a>
6	Защита населения от последствий землетрясений.	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacf84">https://m.edsoo.ru/f5eacf84</a>

7	Расположение вулканов на Земле, извержение вулканов,	1	0	0		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/https://resh.edu.ru/subject/lesson/3324/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/https://resh.edu.ru/subject/lesson/3324/start/</a>
8	Последствия извержения вулканов. Защита населения	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5ead51a">https://m.edsoo.ru/f5ead51a</a>
9	Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения.	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5ead68c">https://m.edsoo.ru/f5ead68c</a>
10	Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия.	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eaefa0">https://m.edsoo.ru/f5eaefa0</a>
11	Защита населения от последствий ураганов и бурь	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf78e">https://m.edsoo.ru/f5eaf78e</a>
12	Смерчи	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eaf946">https://m.edsoo.ru/f5eaf946</a>
13	Наводнения. Виды наводнений и их причины	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb038c">https://m.edsoo.ru/f5eb038c</a>
14	Защита населения от последствий наводнений	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb06f2">https://m.edsoo.ru/f5eb06f2</a>
15	Рекомендации населению по действиям при угрозе и вовремя наводнений	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0a76">https://m.edsoo.ru/f5eb0a76</a>
16	Сели и их характеристика.	1	0	0		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3342/start/https://resh.edu.ru/subject/lesson/3324/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3342/start/https://resh.edu.ru/subject/lesson/3324/start/</a>
17	Защита населения от последствий селевых потоков.	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb0d96">https://m.edsoo.ru/f5eb0d96</a>
18	Цунами и их характеристика.	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb14e4">https://m.edsoo.ru/f5eb14e4</a>
19	Защита населения от цунами	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb1da4">https://m.edsoo.ru/f5eb1da4</a>
20	Снежные лавины	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb279a">https://m.edsoo.ru/f5eb279a</a>

21	Лесные и торфяные пожары и их характеристика.	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e">https://m.edsoo.ru/f5eb2c0e</a>
22	Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения.	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb2d94">https://m.edsoo.ru/f5eb2d94</a>
23	Инфекционная заболеваемость людей и защита населения.	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3384">https://m.edsoo.ru/f5eb3384</a>
24	Эпизоотии и эпифитотии.	1	0	1		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eacc82">https://m.edsoo.ru/f5eacc82</a>
25	Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность.	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8">https://m.edsoo.ru/f5eb3ca8</a>
26	Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения.	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb3f82">https://m.edsoo.ru/f5eb3f82</a>
27	Психологическая уравновешенность.	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb46da">https://m.edsoo.ru/f5eb46da</a>
28	Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте	1	0	0		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5831/start/109410">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5831/start/109410</a> / <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3326/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3326/start/</a>
29	Стресс и его влияние на человека.	1	0	0		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/4012/start/228635">https://resh.edu.ru/subject/lesson/4012/start/228635</a> / <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3342/start/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3342/start/</a>
30	Общие правила оказания	1	0	0		

	первой помощи.					
31	Оказание первой помощи при наружном кровотечении.	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb4568">https://m.edsoo.ru/f5eb4568</a>
32	Оказание первой помощи при ушибах и переломах.	1	0	0		
33	Общие правила транспортировки пострадавшего.	1	0	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb4568">https://m.edsoo.ru/f5eb4568</a>
34	Общие правила оказания первой медицинской помощи при различных повреждениях.	1	1	0		Библиотека ЦОК <a href="https://m.edsoo.ru/f5eb6192">https://m.edsoo.ru/f5eb6192</a>
<b>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ</b>		34	1	9		

## **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

Российская электронная школа: <https://resh.edu.ru>

Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий: <https://www.mchs.gov.ru/>

Национальный антитеррористический комитет: <http://nac.gov.ru/>

Национальный Центр информационного противодействия терроризму и экстремизму в образовательной среде и сети Интернет (НЦПТИ): <https://ncpti.su/>

Госавтоинспекция: <https://гибдд.рф/>

ОБЖ. Основы безопасности жизнедеятельности: <http://обж.рф/>

Единая коллекция доступа к цифровым образовательным ресурсам: <http://school-collection.edu.ru/> Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов: <http://fcior.edu.ru/>

Сообщество взаимопомощи учителей. ОБЖ — базаработок: <https://pedsovet.su/load/96>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 294690421595703939189969587970239985033448729988

Владелец Жигульская Ирина Викторовна

Действителен с 09.06.2024 по 09.06.2025