

Приложение № 17

Утверждена

в составе АООП ООО

Приказ МАОУ Гимназии № 86

от 28.08.2023 г. № 3/О

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА  
«БЕЗОПАСНОСТЬ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»  
(предметная область «Физическая культура и основы безопасности  
жизнедеятельности»)  
5 класс**

## РАЗДЕЛ 1

### ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

#### Личностные результаты:

1. воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее 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 учетом 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 нем 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 учетом 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 на 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 своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе 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 ее 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 учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое 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 (далее ИКТ- компетенции); 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:**

<b>Требования к результатам освоения ООП ООО (ФГОС ООО)</b>	<b>Планируемые результаты освоения учебного предмета (уточнение и конкретизация)</b>
<p>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;</p> <p>2) формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;</p> <p>3) понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;</p> <p>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;</p> <p>5) понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества;</p> <p>6) формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;</p> <p>7) формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;</p> <p>8) понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;</p> <p>9) знание основных опасных и</p>	<p><b>Выпускник научится:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>– классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;</li><li>– использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;</li><li>– использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;</li><li>– классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;</li><li>– безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;</li><li>– безопасно использовать бытовые приборы;</li><li>– безопасно использовать средства бытовой химии;</li><li>– безопасно использовать средства коммуникации;</li><li>– классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;</li><li>– предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;</li><li>– безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;</li><li>– безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;</li><li>– безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;</li><li>– безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;</li></ul>

<p>чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствий для личности, общества и государства;</p> <p>10) знание и умение применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</p> <p>11) умение оказать первую помощь пострадавшим;</p> <p>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 неопределенности;</p> <p>13) умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;</p> <p>14) овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.</p>	<ul style="list-style-type: none"><li>– безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;</li><li>– безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;</li><li>– адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;</li><li>– адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;</li><li>– безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;</li><li>– безопасно применять первичные средства пожаротушения;</li><li>– соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;</li><li>– соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;</li><li>– соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства правила поведения на транспорте (наземном, в том числе железнодорожном, воздушном и водном);</li><li>– классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;</li><li>– адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;</li><li>– использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;</li><li>– классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;</li><li>– готовиться к туристическим походам;</li><li>– адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;</li><li>– адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;</li><li>– добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;</li><li>– добывать и очищать воду в автономных условиях;</li><li>– добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;</li></ul>
--	---

	<ul style="list-style-type: none"><li>– подавать сигналы бедствия и отвечать на них;</li><li>– характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;</li><li>– предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;</li><li>– классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;</li><li>– безопасно использовать средства индивидуальной защиты;</li><li>– характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;</li><li>– предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;</li><li>– классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;</li><li>– безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;</li><li>– безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;</li><li>– комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;</li><li>– классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;</li><li>– классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;</li><li>– адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;</li><li>– адекватно оценивать ситуацию и безопасно</li></ul>
--	--

	<p>действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>– классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;</li><li>– классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;</li><li>– предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;</li><li>– адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;</li><li>– оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;</li><li>– характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;</li><li>– классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;</li><li>– планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;</li><li>– адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;</li><li>– выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;</li><li>– безопасно использовать ресурсы интернета;</li><li>– анализировать состояние своего здоровья;</li><li>– определять состояния оказания неотложной помощи;</li><li>– использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;</li><li>– классифицировать средства оказания первой помощи;</li><li>– оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;</li></ul>
--	---

	<ul style="list-style-type: none"><li>– извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;</li><li>– оказывать первую помощь при ушибах;</li><li>– оказывать первую помощь при растяжениях;</li><li>– оказывать первую помощь при вывихах;</li><li>– оказывать первую помощь при переломах;</li><li>– оказывать первую помощь при ожогах;</li><li>– оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;</li><li>– оказывать первую помощь при отравлениях;</li><li>– оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;</li><li>– оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.</li></ul> <p><b>Выпускник получит возможность научиться:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>– <i>безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;</i></li><li>– <i>классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;</i></li><li>– <i>готовиться к туристическим поездкам;</i></li><li>– <i>адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;</i></li><li>– <i>анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;</i></li><li>– <i>анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;</i></li><li>– <i>безопасно вести и применять права покупателя;</i></li><li>– <i>анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;</i></li><li>– <i>предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;</i></li><li>– <i>характеризовать роль семьи в жизни</i></li></ul>
--	---



	<p><i>личности и общества и ее влияние на здоровье человека;</i></p> <ul style="list-style-type: none"><li><i>– классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;</i></li><li><i>– владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;</i></li><li><i>– классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;</i></li><li><i>– оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;</i></li><li><i>– оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;</i></li><li><i>– оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;</i></li><li><i>– оказывать первую помощь при коме;</i></li><li><i>– оказывать первую помощь при поражении электрическим током;</i></li><li><i>– использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;</i></li><li><i>– усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;</i></li><li><i>– исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;</i></li><li><i>– творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.</i></li></ul>
--	---

## РАЗДЕЛ 2

### СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

#### 5 класс

#### Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства

##### Тема 1. Личная безопасность в повседневной жизни

**Введение.** Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Понятия «Основы безопасности жизнедеятельности», «Здоровый образ жизни», «Природные и техногенные чрезвычайные ситуации». Символическое изображение правил безопасности жизнедеятельности.

**Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).** Различные службы помощи: полиция, пожарная охрана, «скорая помощь», служба спасения, коммунальные и другие службы. Правила вызова служб безопасности. Государственные, муниципальные (городские) и районные службы обеспечения безопасности.

**Пожар.** Опасные факторы пожара, их воздействие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых помещениях. Меры пожарной безопасности в быту. Чего не следует делать при пожаре в квартире (доме). Правила безопасного поведения при пожаре в многоквартирном доме. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру. Что делать, если в комнате загорелся телевизор. Способы эвакуации из горящего здания. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.

**Если в школе пожар.** Ориентирование в школьных помещениях. Меры по предупреждению пожаров, правила эвакуации при пожаре. Первая помощь при отравлении угарным газом и при ожогах.

**Мой безопасный дом.** Наводим в доме чистоту. Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Животные и насекомые, распространяющие инфекцию в доме (мыши, тараканы, клопы). Правила уборки квартиры и мытья посуды.

**Дела домашние: техника безопасности.** Техника безопасности в доме. Безопасное электричество и безопасный газ. Правила пользования электроприборами. Первая помощь при ушибах, отравлении клеем, его парами, бытовым газом и при поражении электрическим током.

**Правила поведения в школе.** Общие правила поведения в школьных помещениях и на территории школы. Поведение на уроках, переменах, во время передвижения по школе, в столовой. Безопасное общение. Первая помощь при подозрении на сотрясение мозга, ушибах и кровотечениях. Помощь заболевшему сверстнику.

**Правила поведения на игровой площадке.** Подготовка к прогулке. Выбор одежды и обуви с учётом погоды и планируемых подвижных игр. Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием на площадке, при езде на велосипеде. Зимние игры, безопасность при катании на санках и ледянках. Первая помощь при ушибах, вывихах и переломах. Поиск подростками «приключений»: оправдан ли риск

**Собака не всегда друг.** Животные на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой. Первая помощь при укусе собаки. Поиск подростками «приключений»: оправдан ли риск.

##### Тема 2. Безопасность на дорогах и на транспорте

**Виды современного транспорта.** Какие виды транспорта существуют: наземный и подземный, воздушный, водный, космический. Наземный и подземный транспорт: рельсовый и безрельсовый.

**Выбор пути: безопасная дорога в школу.** Школьная жизнь начинается с дороги. Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения. Дорожное движение в населённом пункте и за городом.

**Безопасная дорога.** Выбор безопасного пути в школу. Правила поведения на дорогах и улицах. «Дорожные ловушки»: способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций. Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира в разных видах транспорта. «Дорожные ловушки»: способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций. Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира в разных видах транспорта.

### **Тема 3. Опасные ситуации социального характера**

**Психологические основы самозащиты.** Язык жестов, уверенность и спокойствие как способ самозащиты. Настрой на самозащиту. Действия в опасных ситуациях: что нужно делать, а чего не следует.

**Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде.** Меры по повышению безопасности жилища. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенной ситуации в доме (квартире): звонок в дверь; дверь пытаются открыть (взломать); когда вы вернулись домой, дверь открыта. Подъезд и лифт как зоны криминогенной опасности; способы ее избежать. Правила безопасного поведения в случае нападения в подъезде или лифте.

**Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.** Общие сведения о зонах криминогенной опасности: безлюдные окраины города (населенного пункта); глухие зоны парков и скверов; места массового скопления людей и т. д. Безопасное поведение с незнакомыми взрослыми и подростками. Меры предосторожности.

**Правила поведения при захвате в заложники.** Понятие о заложнике. Возможные места и причины (террористическая акция, выкуп) захвата. Меры по предотвращению захвата в заложники. Правила безопасного поведения при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.

### **Тема 4. Загрязнение среды обитания**

**Современная экологическая ситуация в мире** (уничтожение лесов, загрязнение воды, разрушение озонового слоя). Почему важно охранять природу.

**Загрязнение воды.** Роль воды на Земле (в природе, промышленности, быту). Неоправданный расход воды. Причины и последствия загрязнения воды. Способы очистки воды в домашних условиях.

**Загрязнение воздуха.** Изменения в атмосфере и состав воздуха. Причины и последствия загрязнения воздуха (кислотные дожди, потеря здоровья). Меры по улучшению экологической обстановки в городе. Что нужно делать, чтобы дышать чистым воздухом.

**Загрязнение почвы.** Понятие об опустынивании. Причины и последствия опустынивания. Накопление в почве вредных веществ.

## **Тема 5. Средства индивидуальной защиты органов дыхания**

**Фильтрующие противогазы.** Назначение фильтрующих гражданских противогазов. Модели гражданских противогазов (ГП-7, ГП-7В, ПДФ-2Ш). Составные части противогаза. Определение размера противогаза и подготовка его к эксплуатации. Положения противогаза («походное», «наготове», «боевое»); перевод в «боевое» положение. Правила пользования противогазом (ношение, проверка, надевание, снятие).

## **Раздел 2. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни**

### **Тема 6. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

**Виды ранений, их причины и первая помощь.** Причины ранений. Понятие о ране. Общие признаки ранений. Виды ран по размеру, глубине, характеру кровотечения и т. д. Признаки закрытых повреждений. Правила оказания первой помощи при различных видах ран.

**Общая характеристика кровотечений.** Наружное и внутреннее кровотечения. Виды кровотечений по характеру поврежденного сосуда (венозное, артериальное, смешанное, капиллярное).

**Первая помощь при кровотечении.** Основные способы временной остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки. Правила применения индивидуального перевязочного пакета. Остановка кровотечения максимальным сгибанием, приданием конечности приподнятого положения. Первая помощь при кровотечении из носа.

### **Тема 7. Основы здорового образа жизни**

**Организм человека и его безопасность.** Функции разных систем органов тела. Почему нужно знать свой организм. Укрепление нервной системы, тренировка сердца, дыхательной системы.

**Питаемся правильно.** Принципы рационального питания. Признаки отравления. Первая помощь при отравлении и пищевой аллергии.

**Здоровье органов чувств.** Сохранение зрения. Слух, обоняние, вкус. Первая помощь при повреждении глаз.

**Как вести здоровый образ жизни.** Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье. Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные несоблюдением правил гигиены (дизентерия, глисты, вши).

**Движение — это жизнь.** Комплексы упражнений и игры для поддержания двигательной активности. Закаливание. Компьютер и здоровье. Правила безопасного пользования компьютером.

**Безопасность в Интернете.** Что нужно знать об интернет-мошенничестве. Как уберечь себя от инфекционных заболеваний.

РАЗДЕЛ 3

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

( в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы)

5 класс (34 часа)

№ урока	ТЕМА УРОКА	Кол-во часов	СОДЕРЖАНИЕ УРОКА
<b>Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства (24 ч)</b>			
<b>Тема 1. Личная безопасность в повседневной жизни (10 ч)</b>			
1	Введение. Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».	1	Понятия «Основы безопасности жизнедеятельности», «Здоровый образ жизни», «Природные и техногенные чрезвычайные ситуации». Символическое изображение правил безопасности жизнедеятельности.
2	Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).	1	Различные службы помощи: полиция, пожарная охрана, «скорая помощь», служба спасения, коммунальные и другие службы. Правила вызова служб безопасности. Государственные, муниципальные (городские) и районные службы обеспечения безопасности.
3	Пожар.	1	Опасные факторы пожара, их воздействие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых помещениях. Меры пожарной безопасности в быту. Чего не следует делать при пожаре в квартире (доме). Правила безопасного поведения при пожаре в многоквартирном доме. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру. Что делать, если в комнате загорелся телевизор. Способы эвакуации из горящего здания. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.
4	Если в школе пожар	1	Ориентирование в школьных помещениях. Меры по предупреждению пожаров, правила эвакуации при пожаре. Первая помощь при отравлении угарным газом и при ожогах. <i>*Неделя безопасности</i>

			<i>(профилактика дорожно - транспортного травматизма, противопожарная безопасность, безопасность антитеррористических действий)</i>
5	Мой безопасный дом.	1	Наводим в доме чистоту. Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Животные и насекомые, распространяющие инфекцию в доме (мыши, тараканы, клопы). Правила уборки квартиры и мытья посуды.
6	Дела домашние: техника безопасности.	1	Техника безопасности в доме. Безопасное электричество и безопасный газ. Правила пользования электроприборами. Первая помощь при ушибах, отравлении клеем, его парами, бытовым газом и при поражении электрическим током.
7	Контрольная работа по теме «Личная безопасность в повседневной жизни»	1	Контрольная работа по теме «Личная безопасность в повседневной жизни»
8	Правила поведения в школе	1	Общие правила поведения в школьных помещениях и на территории школы. Поведение на уроках, переменах, во время передвижения по школе, в столовой. Безопасное общение. Первая помощь при подозрении на сотрясение мозга, ушибах и кровотечениях. Помощь заболевшему сверстнику.
9	Правила поведения на игровой площадке.	1	Подготовка к прогулке. Выбор одежды и обуви с учётом погоды и планируемых подвижных игр. Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием на площадке, при езде на велосипеде. Зимние игры, безопасность при катании на санках и ледянках. Первая помощь при ушибах, вывихах и переломах. Поиск подростками «приключений»: оправдан ли риск
10	Собака не всегда друг.	1	Животные на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой. Первая помощь при укусе собаки. Поиск подростками «приключений»: оправдан ли риск.
<b>Тема 2. Безопасность на дорогах и на транспорте (4 ч)</b>			

11	Виды современного транспорта	1	Какие виды транспорта существуют: наземный и подземный, воздушный, водный, космический. Наземный и подземный транспорт: рельсовый и безрельсовый.  <i>*Всемирный день призывника</i>
12	Выбор пути: безопасная дорога в школу.	1	Школьная жизнь начинается с дороги. Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения. Дорожное движение в населённом пункте и за городом.
13	Безопасная дорога.	1	Выбор безопасного пути в школу. Правила поведения на дорогах и улицах. «Дорожные ловушки»: способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций. Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира в разных видах транспорта. «Дорожные ловушки»: способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций. Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира в разных видах транспорта.  <i>*День добровольца (волонтера)</i>
14	Контрольная работа по теме «Безопасность на дорогах и на транспорте»	1	Контрольная работа по теме «Безопасность на дорогах и на транспорте»
<b>Тема 3. Опасные ситуации социального характера (5 ч)</b>			
15	Психологические основы самозащиты	1	Язык жестов, уверенность и спокойствие как способ самозащиты. Настрой на самозащиту. Действия в опасных ситуациях: что нужно делать, а чего не следует.
16	Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде.	1	Меры по повышению безопасности жилища. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенной ситуации в доме (квартире): звонок в дверь; дверь пытаются открыть (взломать); когда вы вернулись домой, дверь открыта. Подъезд и лифт как зоны криминогенной опасности; способы ее избежать. Правила безопасного поведения в случае нападения в подъезде или лифте.

17	Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.	1	Общие сведения о зонах криминогенной опасности: безлюдные окраины города (населенного пункта); глухие зоны парков и скверов; места массового скопления людей и т. д. Безопасное поведение с незнакомыми взрослыми и подростками. Меры предосторожности.
18	Правила поведения при захвате в заложники.	1	Понятие о заложнике. Возможные места и причины (террористическая акция, выкуп) захвата. Меры по предотвращению захвата в заложники. Правила безопасного поведения при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.
19	Контрольная работа по теме «Опасные ситуации социального характера»	1	Контрольная работа по теме «Опасные ситуации социального характера»
<b>Тема 4. Загрязнение среды обитания (4 ч)</b>			
20	Современная экологическая ситуация в мире	1	(уничтожение лесов, загрязнение воды, разрушение озонового слоя). Почему важно охранять природу.
21	Загрязнение воды.	1	Роль воды на Земле (в природе, промышленности, быту). Неоправданный расход воды. Причины и последствия загрязнения воды. Способы очистки воды в домашних условиях.
22	Загрязнение воздуха	1	Изменения в атмосфере и состав воздуха. Причины и последствия загрязнения воздуха (кислотные дожди, потеря здоровья). Меры по улучшению экологической обстановки в городе. Что нужно делать.
23	Загрязнение почвы.	1	Понятие об опустынивании. Причины и последствия опустынивания. Накопление в почве вредных веществ.
<b>Тема 5. Средства индивидуальной защиты органов дыхания (1 ч)</b>			
24	Фильтрующие противогазы.	1	Назначение фильтрующих гражданских противогазов. Модели гражданских противогазов (ГП-7, ГП-7В, ПДФ-2Ш).



			Составные части противогаза. Определение размера противогаза и подготовка его к эксплуатации. Положения противогаза («походное», «наготове», «боевое»); перевод в «боевое» положение. Правила пользования противогазом (ношение, проверка, надевание, снятие).
<b>Раздел 2. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (10 ч)</b>			
<b>Тема 6. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (3ч)</b>			
25	Виды ранений, их причины и первая помощь.	1	Причины ранений. Понятие о ране. Общие признаки ранений. Виды ран по размеру, глубине, характеру кровотечения и т. д. Признаки закрытых повреждений. Правила оказания первой помощи при различных видах ран.
26	Общая характеристика кровотечений.	1	Наружное и внутреннее кровотечения. Виды кровотечений по характеру поврежденного сосуда (венозное, артериальное, смешанное, капиллярное).
27	Первая помощь при кровотечении.	1	Основные способы временной остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки. Правила применения индивидуального перевязочного пакета. Остановка кровотечения максимальным сгибанием, приданием конечности приподнятого положения. Первая помощь при кровотечении из носа.
<b>Тема 7. Основы здорового образа жизни (7 ч)</b>			
28	Организм человека и его безопасность.	1	Функции разных систем органов тела. Почему нужно знать свой организм. Укрепление нервной системы, тренировка сердца, дыхательной системы.
29	Питаемся правильно.	1	Принципы рационального питания. Признаки отравления. Первая помощь при отравлении и пищевой аллергии.
30	Здоровье органов чувств.	1	Сохранение зрения. Слух, обоняние, вкус. Первая помощь при повреждении глаз.
31	Промежуточная аттестация по	1	Промежуточная аттестация по

	курсу 5 класса		курсу 5 класса <i>*День пожарной охраны</i>
32	Как вести здоровый образ жизни.	1	Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье. Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные несоблюдением правил гигиены (дизентерия, глисты, вши).
33	Движение — это жизнь.	1	Комплексы упражнений и игры для поддержания двигательной активности. Закаливание. Компьютер и здоровье. Правила безопасного пользования компьютером.
34	Безопасность в Интернете	1	Что нужно знать об интернет-мошенничестве. Как уберечь себя от инфекционных заболеваний.

*\* Реализация Календарного плана воспитательной работы МАОУ Гимназии № 86 на уровне основного общего образования (Рабочая программа воспитания)*