

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Комитет по образованию Санкт-Петербурга  
Администрация Красносельского района Санкт-Петербурга  
ГБОУ СОШ № 352 Санкт-Петербурга

**СОГЛАСОВАНА**

Педагогическим Советом  
ГБОУ СОШ № 352 Санкт-  
Петербурга  
от 29 августа 2023 г. протокол № 8

**УТВЕРЖДЕНА**

приказом ГБОУ СОШ № 352  
Санкт-Петербурга  
от 29 августа 2023 г. № 158

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебного предмета  
«Основы Безопасности Жизнедеятельности»  
для 5 А, Б, В, Г класса основного общего образования  
на 2023-2024 учебный год

Составитель: Нечаев Никита Александрович,  
Организатор ОБЖ

Санкт-Петербург - 2023г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Рабочая программа по учебному предмету « Основы безопасности жизнедеятельности» разработано в соответствии с нормативными актами :

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»(с последующими изменениями)
- приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (в ред. приказа от 31.12.2015 №1577);
- Приказом Министерства образования и науки РФ «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ» от 23.08.2017 № 816;
- приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.07.2016 №870;Об Утверждении Федерального перечня учебников, рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования; ( с последующими изменениями);
- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПин 2.4.2.2821-10;Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях; , утвержденные Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 №189;
- Письмом Министерства образования и науки Российской федерации «О рабочих программах учебных предметов» от 28.10.2-15 №08-1786;
- Инструктивно-методическим письмом Комитета по образованию «О направлениях методических рекомендаций по разработке рабочих программ учебных предметов, курсов» от 04.05.2016 №03-2-1587/16-0-0;

Уставом и Учебным планом ГБОУ СОШ №352 с углубленным изучением немецкого языка (далее – ГБОУ СОШ №352).

□ -Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности 5 класс» под редакцией А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников

Программа курса включает три логически взаимосвязанных раздела, содержание которых составляет область знаний, охватывающих теорию и практику защиты человека от опасных, вредных факторов и чрезвычайных ситуаций.

## Цели и задачи:

Цель: овладение системой теоретических знаний и умений безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, необходимых для применения в практической деятельности, защиты личного здоровья.

### Содержание образования в 5 классе устанавливает следующие задачи:

- Формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.
- Формирование индивидуальной системы здорового образа жизни: значении двигательной активности и закаливании для здоровья человека, о гигиене питания и профилактики вредных привычек.
- Выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции, ответственности за антиобщественное поведение и участие в антитеррористической деятельности.

### Общая характеристика учебного предмета

Курс предназначен для:

- формирования культуры безопасности жизнедеятельности на основе освоенных знаний и умений, системного и комплексного понимания значимости безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций для личности, общества и государства.
- формирование социально ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключавшего употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесения иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;
- формирование активной жизненной позиции, умений и навыков лично участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства.
- понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространенных видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах ( в помещении. На улице. На природе. В общественных местах и на массовых мероприятиях. При коммуникации. При воздействии рисков культурной среды)
- приобретения учащимися способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных и угрожающих жизни условиях и умения адекватно реагировать на различные опасные ситуации с учётом своих возможностей;
- формирования у учащихся антиэкстремистского и антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков.

## **Место предмета в учебном плане**

Согласно Федеральному базисному учебному плану данная рабочая программа предполагает обучение в объеме 35 часов, в неделю 1 час. Контрольных работ- 4, тестирование-4, практических занятий-3. С учетом возрастных особенностей учащихся 5 класса выстроена система учебных занятий, спроектированы цели, задачи, продуманы возможные формы контроля, сформулированы ожидаемые результаты обучения.

## **Личностные, метапредметные, предметные результаты освоения курса.**

### **Личностные результаты:**

Развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

### **Метапредметные результаты:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

формирование духовно-нравственных качеств учащихся для снижения опасности быть вовлеченным в экстремистскую и террористическую деятельность.

### **Предметные результаты:**

- 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;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребления алкоголя, наркотиков, курения и нанесения иного вреда здоровью;
- формирование экстремистской 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 поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умения оказывать первую медицинскую помощь;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

### **Содержание учебного предмета**

#### **Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства (22ч.)**

##### Раздел I. Основы комплексной безопасности (15 ч.)

#### **Тема 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека**

- Безопасность в быту

Особенности города (населенного пункта) как среды обитания человека. Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения. Возможные опасные и аварийные ситуации в жилище. Соблюдение мер безопасности в быту.

## **Тема 2. Дорожная безопасность**

### **1. Дорожно-транспортные происшествия (1 час)**

Виды дорожно-транспортных происшествий (ДТП). Виды ДТП. Причины и последствия ДТП. ДТП, связанные с велосипедистами, катанием на роликах и др. Зависимость ДТП от поведения на дороге человека, от конструкции автомобиля, от состояния дороги. Понятие дорожной «ловушки».

### **2. Современные транспортные средства – источник повышенной опасности (1 час)**

Краткие сведения и технические характеристики транспортных средств. Понятие остановочного и тормозного пути автомобиля. Активная и пассивная безопасность автомобиля. Из истории конструкции автомобиля.

### **3. Дорога – зона повышенной опасности (1 час)**

Что такое дорога. Элементы дороги. Наиболее опасные места на дороге. Опасности по дороге в школу. Движение к маршрутному транспорту, на посадку, посадка в транспорт, поездка и высадка из транспорта, движение после высадки. Из истории дорог.

### **4. Обязанности пешеходов (1 час)**

Места для движения пешеходов. Переход дороги. Преимущества пешеходов перед транспортными средствами, преимущество транспортных средств перед пешеходами.

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

- Безопасность на дорогах

Причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия. Организация дорожного движения. Правила Безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста. Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых ситуациях.

## **Тема 4. Опасные ситуации природного характера**

- Безопасность на водоёмах

Особенности состояния водоёмов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Правила безопасного поведения на воде. Опасность водоёмов зимой. Меры предосторожности при движении по льду. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.

## **Тема 5. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера**

- Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясение, наводнение, буря, ураган, сели, оползни, обвалы). Чрезвычайные ситуации техногенного характера (радиационно опасные объекты, пожаровзрывоопасный объект, химически опасный объект).

## **Тема 6. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение.**

- Опасные ситуации социального характера

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности на улице, дома, в общественном месте. Профилактика нападений и самозащита при нападении насильников и хулиганов. Самооценка поведения. Психологические приёмы самозащиты. Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде дома, лифте. Правила обеспечения сохранности личных вещей. Правила защиты от мошенников. .

## **Тема 7. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.**

Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения. Меры предосторожности при обнаружении взрывного устройства. Поведение человека при захвате его террористами в качестве заложника. Меры безопасности при освобождении заложников сотрудниками спецслужб. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

### **Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

#### **Раздел II. Основы здорового образа жизни**

### **Тема 8. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни**

- Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.

Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия сохранения и укрепления здоровья. Рациональное питание. Роль питания в сохранении здоровья человека

### **Тема 9. Факторы разрушающие здоровье.**

- Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье

Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Табакокурение и его последствия для организма курящего и окружающих людей. Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Наркомания, токсикомания и другие вредные привычки.

#### **Раздел III. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи**

### **Тема 10. Первая медицинская помощь и правила её оказания**

- Оказание первой медицинской помощи

Медицинская (домашняя) аптечка. Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и ушибах. Перевязочные и лекарственные средства. Первая медицинская помощь при отравлениях газами, пищевыми продуктами, средствами бытовой химии, лекарствами.





# Календарно - тематическое планирование по основам безопасности жизнедеятельности

## 5 класс (ФГОС)

Дата проведения		№ урока	Тема и тип урока	Количество часов	тип урока, форма проведения.	Планируемые результаты			Форма организации учебно-познавательной деятельности	Система контроля	Д.З
						Предметные	Метапредметные	Личностные			
<b>Раздел № 1 «Основы комплексной безопасности» (15 часов)</b>											
<b>Человек, среда его обитания, безопасность человека. (5 ч.)</b>											
04.09		1	<b>Город как среда обитания</b>	1	лекция	Знать особенности современных городов, опасные ситуации, которые могут возникнуть в городе.	Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни	Усвоение правил индивидуального безопасного поведения	Фронтальный	Самоконтроль	§1.1
11.09		2	<b>Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища</b>	1	Комбинированный	Знать систему обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом.	Уметь предотвращать возможные опасные и аварийные ситуации в жилище	Усвоение правил индивидуального безопасного поведения	Индивидуальный	взаимоконтроль	1.2
18.09		3	<b>Особенности природных условий в городе</b>	1	Комбинированный	Знать природные и антропогенные факторы формирующие микроклимат города	Освоение приемов действий в опасных ситуациях.	Усвоение приобретенных знаний в повседневной жизни	Индивидуальный	взаимоконтроль	§1.3

25. 09		4	<b>Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность</b>	1	Комбинированный	Знать особенности социальной среды в городе	Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций, зоны безопасности в городе.	Усвоение правил безопасного общения с окружающими людьми в городе	Индивидуальный	Самоконтроль	§1.4
02. 10		5	<b>Безопасность в повседневной жизни.</b>	1	Комбинированный	Знать об опасных и чрезвычайных ситуациях в повседневной жизни.  Основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и ЧС.	Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций, в повседневной жизни.	Усвоение приобретенных знаний в повседневной жизни	фронтальный	Самоконтроль	§1.5
<b>Опасные ситуации техногенного характера. (6 ч.)</b>											
09. 10		6	<b>Дорожное движение, безопасность участников движения</b>	1	Комбинированный	Знать о дороге и ее предназначении. Участники дорожного движения. Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Дорожные знаки. Светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения.	Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций на дороге.	Усвоение приобретенных знаний в повседневной жизни	фронтальный	Самоконтроль	§2.1
16. 10		7	<b>Пешеход. Безопасность пешехода</b>	1	Комбинированный	Знать общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге.	Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций на дороге.	Усвоение приобретенных знаний в повседневной жизни	фронтальный	Самоконтроль	§2.2

23. 10		8	<b>Пассажир. Безопасность пассажира</b>	1	Комбинированный	Знать общие обязанности пассажиров. Меры безопасного поведения пассажира.	Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций на дороге и в транспорте.	Усвоение приобретенных знаний в повседневной жизни.	фронтальный	Самоконтроль	§2.3
		9	<b>Водитель</b>	1	Комбинированный	Знать Общие обязанности водителя. Требования, предъявляемые к техническому состоянию велосипеда. Обязанности велосипедиста, правила его поведения на дороге.	Умение применять правила безопасного поведения на дороге.	Усвоение правил поведения на дороге.	фронтальный	Самоконтроль	§2.4
		10	<b>Пожарная безопасность</b>	1	Комбинированный	Знать о пожарной безопасности, основных правил пожарной безопасности в жилище. Личная безопасность при пожаре.	Умение применять основные правила пожарной безопасности в жилище.	Усвоение правил пожарной безопасности в жилище.	Индивидуальный	Самоконтроль	§2.5
		11	<b>Безопасное поведение в бытовых ситуациях.</b>	1	Комбинированный	Знать об опасных аварийных ситуациях, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Безопасное обращение с электроприборами, бытовым газом, со средствами бытовой химии.	Уметь применять основные правила безопасного поведения в быту.	Усвоение приобретенных знаний в повседневной жизни	фронтальный	Самоконтроль	§2.6
<b>Опасные ситуации природного характера. (2 ч.)</b>											
		12	<b>Погодные явления и безопасность человека</b>	1	Комбинированный	Знать опасные природные явления и правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений.	Уметь применять правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений.	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	Индивидуальный	Самоконтроль	§3.1

		<b>13</b>	<b>Безопасность на водоемах</b>	<b>1</b>	Беседа.	Знать о состоянии водоемов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года	Уметь применять безопасного поведения на водоемах в различное время года.	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни.	фронтальный	Самоконтроль	§3.2
--	--	-----------	---------------------------------	----------	---------	--	---	---	-------------	--------------	------

**Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. (2 ч.)**

		<b>14</b>	<b>Чрезвычайные ситуации природного характера</b>	<b>1</b>	Комбинированный	Знать о чрезвычайных ситуациях природного характера.	Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций природного характера по характерным признакам.	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	фронтальный	Самоконтроль	§4.1
--	--	-----------	---	----------	-----------------	--	---	--	-------------	--------------	------

		<b>15</b>	<b>Чрезвычайные ситуации техногенного характера</b>	<b>1</b>	Комбинированный	Знать о чрезвычайных ситуациях техногенного характера.	Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций техногенного характера по характерным признакам.	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	фронтальный	Самоконтроль	4.2
--	--	-----------	---	----------	-----------------	--	---	--	-------------	--------------	-----

**Раздел № 2 «Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации» (7часов)**

**Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение. (3 ч.)**

		16	<b>Антиобщественное поведение и его опасность</b>	1	Комбинированный	Знать основные виды антиобщественного поведения и их последствия.	Выработать отрицательное отношение к любым видам антиобщественного поведения.	Обеспечить личную безопасность в обществе.	Индивидуальный	Самоконтроль	§5.1
		17	<b>Обеспечение личной безопасности дома</b>	1	Комбинированный	Знать признаки возникновения опасных ситуаций дома, правила безопасного поведения дома.	Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций дома.	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	Индивидуальный	Самоконтроль	§5.2
		18	<b>Обеспечение личной безопасности на улице</b>	1	Комбинированный	Знать признаки возникновения опасных ситуаций на улице, правила безопасного поведения на улице.	Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций на улице.	Использовать приобретенные знания в случае возникновения опасных ситуаций на улице.	Индивидуальный	Самоконтроль	§5.3
<b>Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.(4 ч.)</b>											
		19	<b>Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их появления</b>	1	Комбинированный	Знать общие понятия об экстремизме и терроризме и причины их возникновения.	Умение формулировать правила поведения в повседневной жизни, чтобы не стать правонарушителем.	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни .	фронтальный	Самоконтроль	§6.1
		20	<b>Виды экстремистской и террористической</b>	1	Комбинированный	Знать виды экстремистской и террористической деятельности.	Умение составлять план своих действий при угрозе террористических действий.	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни.	фронтальный	взаимоконтроль	§6.2

			<b>деятельности</b>								
		<b>21</b>	<b>Виды террористических актов и их последствия</b>	<b>1</b>	Комбинированный	Знать виды террористических актов и их последствия для общества.	Умение составлять план своих действий при угрозе возникновения теракта и при теракте. Умение анализировать виды террористических актов и их характерные особенности.	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни.	фронтальный	взаимоконтроль	§6.3
		<b>22</b>	<b>Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности</b>	<b>1</b>	Комбинированный	Знать виды ответственности несовершеннолетних за антиобщественное поведение.	Умение формулировать свои правила поведения в повседневной жизни, чтобы не стать правонарушителем.	Формирование правового мышления, освоение социальных норм и правил поведения в обществе.	Индивидуальный	взаимоконтроль	§6.4

**Раздел № 3 «Основы здорового образа жизни (5 ч.)**

**Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни. (3 ч.)**

		<b>23</b>	<b>О здоровом образе жизни</b>	<b>1</b>	Комбинированный	Знать основные положения о здоровом образе жизни.	Формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребления алкоголя, наркотиков, курения и нанесения иного вреда здоровью.	Формирования понимания ценности здоровья и безопасного образа жизни.	Индивидуальный	Самоконтроль	§7.1
		<b>24</b>	<b>Двигательная активность и закаливание организма - необходимые</b>	<b>1</b>	Комбинированный	Знать виды двигательной активности и закаливания.	Формирование установки на здоровый образ жизни.	Формирования понимания ценности здоровья и безопасного образа жизни.	Индивидуальный	Самоконтроль	§7.2

			<b>условия укрепления здоровья</b>								
		<b>25</b>	<b>Рациональное питание. Гигиена питания</b>	<b>1</b>	Комбинированный	Знать о гигиене питания, сущность рационального питания. Пищевая ценность продуктов.	Формирование установки на здоровый образ жизни, умение выбирать полезные продукты в питании.	Формирования понимания ценности здоровья и безопасного образа жизни	Индивидуальный	Самоконтроль	§7.3

**Факторы разрушающие здоровье (2 ч.)**

		<b>26</b>	<b>Вредные привычки и их влияние на здоровье</b>	<b>1</b>	Комбинированный	Знать о пагубном влиянии вредных привычек на здоровье, его умственные и физические способности.	Формирование установки на здоровый образ жизни.	Формирования понимания ценности здоровья и безопасного образа жизни	фронтальный	Самоконтроль	
--	--	-----------	--	----------	-----------------	---	---	---	-------------	--------------	--

		27	<b>Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек</b>	1	Комбинированный	Знать основные понятия здорового образа жизни и профилактику вредных привычек.	Выработать отрицательное отношение к курению и употреблению алкоголя.	Формирования понимания ценности здоровья и безопасного образа жизни	фронтальный	Самоконтроль	8.2
--	--	----	---	---	-----------------	--	---	---	-------------	--------------	-----

**Раздел №4 Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.( 8 ч.)**

**Первая помощь и правила ее оказания.(8ч.)**

		28	<b>Первая помощь при различных видах повреждений.</b>	1	Комбинированный	Знать предназначение и общие правила оказания первой помощи при различных видах повреждений.	Уметь оказывать первую помощь при различных видах повреждений.	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни .	Индивидуальный	Контроль учителя	
		29	<b>Оказание первой помощи при ушибах и ссадинах</b>	1	Комбинированный	Знать предназначение и общие правила оказания первой помощи при ушибах и ссадинах.	Уметь оказывать первую помощь при различных видах повреждений.	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни .	Индивидуальный	Контроль учителя	Практика



		<b>30</b>	<b>Оказание первой помощи при ушибах и ссадинах.  (практические занятия)</b>	<b>1</b>	Комбинированный	Знать предназначение и общие правила оказания первой помощи при ушибах и ссадинах  ( практические зан.)	Уметь оказывать первую помощь при различных видах повреждений.  (практические занятия)	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни .  (практические занятия)	Индивидуальный	Контроль учителя	Практика
		<b>31</b>	<b>Первая помощь при отравлении никотином.(практические занятия)</b>	<b>1</b>	Комбинированный	Знать предназначение и общие правила оказания первой помощи при отравлении никотином.	Уметь оказывать первую помощь при отравлении никотином.	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни .	Индивидуальный	Контроль учителя	Практика

		32	<b>Первая помощь при отравлении угарным газом.</b>	1	Комбинированный	Знать предназначение и общие правила оказания первой помощи при отравлении угарным газом.	Уметь оказывать первую помощь при отравлении угарным газом.	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни .	Индивидуальный	Контроль учителя	Практика
		33	<b>Первая помощь при отравлении угарным газом. (практические занятия)</b>	1	Комбинированный	Знать предназначение и общие правила оказания первой помощи при отравлении угарным газом.  (практические занятия)	Уметь оказывать первую помощь при отравлении угарным газом.  (практические занятия)	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни .  (практические занятия)	Индивидуальный	Контроль учителя	Практика
		34	<b>Первая помощь при носовом кровотечении.</b>	1	Комбинированный	Знать предназначение и общие правила оказания первой помощи при носовом кровотечении.	Уметь оказывать первую помощь при носовом кровотечении.	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни .	Индивидуальный	Контроль учителя	Практика

		<b>35</b>	<b>Первая помощь при носовом кровотечении. (практические занятия)</b>	<b>1</b>	Комбинированный	Знать предназначение и общие правила оказания первой помощи при носовом кровотечении. (практические занятия)	Уметь оказывать первую помощь при носовом кровотечении. (практические занятия)	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни . (практические занятия)	Индивидуальный	Контроль учителя	
--	--	-----------	---	----------	-----------------	--	--	---	----------------	------------------	--



## **Учебно-методический комплект по ОБЖ, реализующий программу**

*Рыбин А.Л.* Дорожное движение: безопасность пешеходов, пассажиров, водителей: пособие для учащихся: 5-9 кл. В 2 ч. (24 плаката) / А.Л. Рыбин, М.В. Маслов, Хренников ; под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.

*Рыбин А.Л.* Безопасность дорожного движения: Учеб. наглядное пособие для учащихся: 5-9 кл. / А.Л. Рыбин, М.В. Маслов; под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.

*Рыбин А.Л.* Обучение правилам дорожного движения: пособие для учителя: 5-9 кл. / А.Л. Рыбин, М.В. Маслов; под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.

*Смирнов А.Т.* Основы безопасности жизнедеятельности: 5 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2015.

### **Средствами оснащения ОБЖ являются:**

#### **1. Учебно-методическая литература:**

- Конституция Российской Федерации
- Правила дорожного движения Российской Федерации
- Семейный кодекс Российской Федерации
- Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020.
- Уголовный кодекс Российской Федерации
- Федеральный закон «О гражданской обороне»
- Закон «Об образовании»
- Федеральный закон «О радиационной безопасности населения»
- Федеральный закон «О пожарной безопасности»
- Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»
- Федеральный закон «О противодействии терроризму»
- Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности»

#### *Периодические издания*

- Подшивки журналов и газет «Гражданская защита», «Основы безопасности жизнедеятельности», «Служба спасения 01», «Спасатель» и др.

#### *Учебная литература*

- Пособие для учителя «Обучение правилам дорожного движения. 5—9 классы»
- Пособие для учителя «Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 5—11 классы»
- Пособие для учителя «Основы безопасности жизнедеятельности. Поурочные разработки. 5—9 классы»
- Пособие для учащихся «Дорожное движение. Безопасность пешеходов, пассажиров, водителей. 5—9 классы»
- Пособия для учащихся о противодействии терроризму и экстремистской деятельности
- Программа для системы дополнительного образования детей «Безопасность дорожного движения»
- Сборник заданий для проведения экзамена по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» в 9 классе
- Справочник для учащихся «Основы безопасности жизнедеятельности»
- Учебники по основам безопасности жизнедеятельности для учащихся 5—9 классов
- Электронные образовательные издания (ЭОИ) по предмету ОБЖ на магнитных и оптических носителях

## **2. Технические средства обучения**

- Мультимедийный компьютер
- Цифровая фотокамера
- Мультимедиапроектор
- Экран настенный

## **3. Средства программного обучения и контроля знаний**

- Компьютерные программы и пособия по учебному разделу «Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций»
- Компьютерные программы и пособия по учебному разделу «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи»
- Мультимедийная энциклопедия по действиям населения в чрезвычайных ситуациях
- Компьютерное учебное пособие «Безопасность на улицах и дорогах»
- Компьютерная обучающая программа «Действия при авариях на химически опасных объектах»

## **4. Макеты, муляжи, модели**

- Макеты фильтрующих, изолирующих и других противогазов, респираторов в разрезе
- Муляжи тела человека

## **5. Стенды, плакаты**

- Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)
- Безопасность на улицах и дорогах
- Криминогенные ситуации
- Землетрясения, оползни, сели, обвалы, ураганы, бури, смерчи
- Правила поведения при землетрясениях
- Пожары, взрывы
- Наводнения и затопления
- Правила оказания первой помощи
- Противодействие терроризму и экстремизму в Российской Федерации
- Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта
- Организационные основы противодействия наркотизму в Российской Федерации
- Плакаты (демонстрационные таблицы с методическими рекомендациями)
- Дорожные знаки
- Пожарная безопасность
- Безопасность в быту
- Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях
- Активный отдых на природе
- Опасные ситуации в природных условиях
- Безопасность на воде
- Классификация чрезвычайных ситуаций по характеру источника возникновения
- Классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по масштабу их распространения и тяжести последствий
- Правила безопасного поведения при землетрясении
- Правила безопасного поведения при наводнении
- Правила безопасного поведения при аварии на радиационно опасном объекте
- Правила безопасного поведения при аварии на химически опасном объекте
- Первая помощь при массовых поражениях
- Правила транспортировки пострадавших
- Безопасность дорожного движения
- Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций
- Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи

## **6. Средства индивидуальной защиты**

- Средства защиты дыхания
- Ватно-марлевые повязки
- Противопылевые тканевые маски
- Противогазы (типа ГП-7, ПДФ-7, ИП-4М и т. п.) Средства защиты кожи
- Аптечка индивидуальная (типа АИ-2 и т. п.)
- Пакеты перевязочные (типа ППИ и т. п.)
- Пакеты противохимические индивидуальные (типа ИПП-8, ИПП-11 и т. п.)
- Сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой помощи
- Бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 7 м x x 14 см
- Бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 5 м x x Ю см
- Шина фанерная длиной 1 м
- Жгут кровоостанавливающий эластичный

## **7. Аудиовизуальные пособия**

- Учебные видеофильмы на цифровых носителях
- Действия учащихся по сигналам ГО
- Средства индивидуальной защиты
- Средства коллективной защиты (убежища, укрытия, порядок устройства простейшего укрытия)
- Гидродинамические аварии
- Автономное существование человека в природных условиях
- Оползни, сели, обвалы
- Ураганы, бури, смерчи
- Наводнения
- Лесные и торфяные пожары
- Безопасность на улицах и дорогах
- Безопасность на воде
- Безопасность на природе
- Правила безопасного поведения в быту
- Поведение при ситуации криминогенного характера
- Правила безопасного поведения при землетрясениях

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 класс

№ урока	Тема урока	Виды контроля	Содержание
<b>Тема 1: «Человек, среда его обитания, безопасность человека» (5 ч)</b>			
<b>Планируемые результаты освоения раздела.</b>			
<b>Предметные:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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;</li> <li>• формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;</li> <li>• понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;</li> </ul>			
<b>Метапредметные.</b>			
<b>Регулятивные УУД:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;</li> <li>• умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;</li> </ul>			
<b>Познавательные УУД:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;</li> </ul>			
<b>Коммуникативные УУД:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.</li> </ul>			
1	Город как среда обитания.		
2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.		
3	Особенности природных условий в городе.		
4	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность.		
5	Безопасность в повседневной жизни	<b>Тест</b>	
<b>Тема 2: Опасные ситуации техногенного характера (8 ч)</b>			
<b>Планируемые результаты освоения раздела.</b>			
<b>Предметные:</b>			
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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;</li> <li>• знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</li> </ul>			



- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

**Метапредметные.**

**Регулятивные УУД:**

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;

**Познавательные УУД:**

- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

**Коммуникативные УУД:**

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

6	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения		
7	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения	<b>Тест</b>	
8	Пешеход. Безопасность пешехода.		
9	Пассажир. Безопасность пассажира		
10	Водитель		
11	Безопасность велосипедиста	Контрольная работа	
12	Пожарная безопасность		
13	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	<b>Тест</b>	

**Тема 3: Опасные ситуации природного характера (2 ч)**

**Планируемые результаты освоения раздела.**

**Предметные:**

- 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;
- 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;

**Метапредметные.**

**Регулятивные УУД:**

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

**Познавательные УУД:**

- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

**Коммуникативные УУД:**

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

14	Погодные условия и безопасность человека.		
15	Безопасность на водоёмах	<b>Тест</b>	

**Тема 4: Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (2 ч)**

**Планируемые результаты освоения раздела.**

**Предметные:**

- 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;
- 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;

**Метапредметные.**

**Регулятивные УУД:**

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

**Познавательные УУД:**

- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- 

**Коммуникативные УУД:**

формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

16	Чрезвычайные ситуации природного характера		
17	Чрезвычайные ситуации техногенного характера		

**Тема 5: Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение (3 ч)**

**Планируемые результаты освоения раздела.**

**Предметные:**

- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

**Метапредметные.**

**Регулятивные УУД:**

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

**Познавательные УУД:**

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

**Коммуникативные УУД:**

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

18	Антиобщественное поведение и его опасность.		
19	Обеспечение личной безопасности дома.		
20	Обеспечение личной безопасности на улице	<b>Тест</b>	

**Тема 6: Экстремизм и терроризм — чрезвычайные опасности для общества и государства (4 ч)**

**Планируемые результаты освоения раздела.**

**Предметные:**

- 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;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;

**Метапредметные.**

**Регулятивные УУД:**

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

**Познавательные УУД:**

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

**Коммуникативные УУД:**

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

21	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения.		
22	Виды экстремистской и террористической деятельности.		
23	Виды террористических актов и их последствия.		
24	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности	Контрольная работа	

**Тема 7: Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни (3 ч)**

**Планируемые результаты освоения раздела.**

**Предметные:**

- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

**Метапредметные.**

**Регулятивные УУД:**

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

**Познавательные УУД:**

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии и делать выводы;

**Коммуникативные УУД:**

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

25	0 здоровом образе жизни.		
26	Двигательная активность и		

	закаливание организма — необходимые условия укрепления здоровья.		
27	Рациональное питание. Гигиена питания		

### Тема 8: Факторы, разрушающие здоровье (2 ч)

#### Планируемые результаты освоения раздела.

##### Предметные:

- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

##### Метапредметные.

##### Регулятивные УУД:

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

##### Познавательные УУД:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии и делать выводы;

##### Коммуникативные УУД:

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

28	Вредные привычки и их влияние на здоровье.		
29	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек	тест	

### Тема 9: Первая помощь и правила её оказания (5 ч)

#### Планируемые результаты освоения раздела.

##### Предметные:

- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

##### Метапредметные.

##### Регулятивные УУД:

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности,

развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

**Познавательные УУД:**

- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

**Коммуникативные УУД:**

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

30	Первая помощь при различных видах повреждений		
31	Первая помощь при различных видах повреждений	практическая работа	
32	Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах		
33	Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах	практическая работа	
34	Первая помощь при отравлениях	практическая работа	
35	Резервный рок		