

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ АДЫГЕЯ  
КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ АДМИНИСТРАЦИИ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ГОРОД МАЙКОП»

*МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ШКОЛА №28»*

**Рабочая программа  
по учебному предмету  
«Основы безопасности жизнедеятельности»  
7 класс**

Рабочая программа по ОБЖ для 7 класса, разработана на основе нормативных документов:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утвержден 17.12.2010, приказ №1897, с изменениями, внесенными приказами МОиН РФ от 29.12.2014, №1644 и от 31.12.2015г. №1577);
2. Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ «СОШ №28» (принята 29.08.2014г.), с изменениями и дополнениями от 30.08.2015г., 29.08.2016г.;
3. Приказ МОиН РФ от 31.03.2014г. №253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ основного общего образования», с изменениями от 08.06.2015г. приказ №576, от 21.04.2016г., приказ №459;
4. Учебный план МБОУ «СШ №28» на 2017-2018 учебный год;
5. Календарный учебный график МБОУ «СШ №28» на 2017-2018 учебный год;
6. УМК, созданного коллективом авторов под руководством Фролова М.П. (учебник: Фролов М.П., Шолох В.П. и др. Основы безопасности жизнедеятельности: 7-й класс: ученик для общеобразовательных учреждений. – М.: Астрель, 2015; авторская программа Фролов М.П., Шолох В.П. и др. ОБЖ 7 – 9 классы. – М.: Астрель, 2014).

На изучение ОБЖ в 7 классе отводится 35 часов (1 час в неделю)

## **Планируемые результаты освоения программы «Основы безопасности жизнедеятельности»**

### **1. Личностные результаты**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

### **2. Метапредметные результаты**

#### **2.1. Коммуникативные**

- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

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

## **2.2. Регулятивные**

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

## **2.3. Познавательные**

- 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;
- 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;
- 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

### 3. Предметные результаты

В процессе обучения выпускники 7 класса		По кодификатору
научатся	получат возможность научиться	УУД
<b>Опасные и чрезвычайные ситуации и безопасность человека</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>– находить правильное решение в обеспечении безопасности;</li> <li>- различать виды опасности в чрезвычайной ситуации.</li> <li>– различать опасные природные явления;</li> <li>– знать правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях;</li> <li>– знать составляющие ураганов и бурь;</li> <li>– правильно защищать свою жизнь от чрезвычайных ситуаций метеорологического происхождения;</li> <li>– различать гидрологические опасности;</li> <li>– выполнять рекомендации по спасению жизни;</li> <li>– понимать и различать типы наводнений;</li> <li>– упорядочить знания об истории наводнений;</li> <li>правильным действиям населения перед и во время наводнений.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– видеть различие в необходимости оказания медицинской помощи;</li> <li>– классифицировать средства оказания медицинской помощи;</li> <li>– правильно ставить вопрос сохранения здоровья;</li> <li>понимать социальную среду обитания и ее влияния на человека.</li> <li>– иметь представление о чрезвычайных ситуациях природы;</li> <li>– различать виды опасности природных явлений;</li> <li>– предвидеть опасность природных явлений;</li> <li>– при оповещении о ЧС действовать по рекомендованным правилам;</li> <li>– различать виды наводнений;</li> <li>– мерам безопасности перед наводнением, во время наводнения;</li> <li>– Рекомендациям действий населения после наводнения;</li> <li>– как подготовиться к наводнению;</li> <li>– как действовать во время наводнения;</li> <li>- различать и оценивать селевые потоки, цунами.</li> </ul>	<p>ЛГ- 03, ЛГ-08, ЛГ-09, ЛГ-13, ЛЛ-02, ЛЛ-03, КО-01, КО-02, КС-03, КГ-02, КМ-02, КД-02, КМ-04, ПИ-01, ПД-01, ПЛ-01, РЦ-02</p> <p>ЛГ-04, ЛГ-07, ЛГ-11, ЛГ-14, ЛГ-18, ПЛ-05, ПЛ-07, РУ-01, РУ-02, Р7-01, КО-11, КС-02, КГ-01, КГ-03, КМ-01, КД-01, ПИ-03, ПИ-04, ПД-01</p>
<b>Основы здорового образа жизни. Оказание первой медицинской помощи</b>		
<ul style="list-style-type: none"> <li>– отличать стресс и его влияние на человека;</li> <li>– формировать личность в подростковом возрасте;</li> <li>– узнавать об ответственности несовершеннолетних;</li> <li>– общим правилам оказания первой медицинской помощи;</li> <li>– общим положениям транспортировки пострадавшего.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– изучить анатомо-физиологические особенности человека;</li> <li>– взаимопониманию с окружающим миром.</li> </ul>	<p>ЛГ-08, ЛГ-14, ЛГ-18, КО-01, КД-01, КС-02, КМ-01, ПИ-01, ПИ-02, ПД-01, РУ-02, РЦ-02, Р7-01</p>

#### Основное содержание курса ОБЖ

##### Раздел I. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера (23 часа)

Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера

Различные природные явления и причины их возникновения. Общая характеристика природных явлений. Стихийные бедствия, опасные и чрезвычайные ситуации. Общие понятия и определения.

Чрезвычайные ситуации геологического происхождения

Землетрясения и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном

оповещении о землетрясении, во время и после землетрясений.

Вулканы и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при извержении вулканов.

Оползни, обвалы, лавины и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода оползня, обвала. Правила безопасного поведения во время и после схода оползня, обвала, а также безопасного выхода из зоны стихийного бедствия.

Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения

Ураганы, бури, смерчи и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча. Правила безопасного поведения во время и после ураганов, бури, смерча.

Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения

Наводнения и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнениях, во время и после наводнений.

Цунами и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами, во время прихода и после цунами.

Сели и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе селя. Правила безопасного поведения во время и после схода селя, а также безопасного выхода из зоны стихийного бедствия.

Чрезвычайные ситуации биологического происхождения

Природные пожары (лесные, торфяные, степные) и их характеристика. Предупреждение природных пожаров. Правила безопасного поведения при возникновении природных пожаров.

Эпидемия, ее характеристика, опасность для населения. Противоэпидемические мероприятия и защита населения. Характеристика некоторых наиболее распространенных инфекционных заболеваний и их профилактика.

Инфекционные болезни животных и растений. Причина их возникновения, краткая характеристика. Противоэпизоотические и противоэпифитотические мероприятия.

Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Чрезвычайные ситуации геологического происхождения и защита населения

Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения и защита населения

Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения и защита населения

Чрезвычайные ситуации биологического происхождения и защита населения

## **Раздел II. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека (12 часов)**

Что следует знать об оказании первой помощи. Помощь при термических и химических ожогах. Правила здорового образа жизни.

### **Учебно-тематическое планирование ОБЖ в 7 классе**

№	ТЕМА	Сроки изучения	Количество часов	Количество контрольных
1	Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера	1,2,3 четверти	23	1
2	Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека	3,4 четверти	12	
<b>Итого:</b>			<b>35</b>	<b>1</b>

**Кодификатор типов и видов уроков**

<b>ТИПЫ УРОКОВ</b>	<b>ВИДЫ УРОКОВ</b>
1. Урок изучения нового материала (УИНМ)	Лекция (Л)
	Беседа (Б)
	Рассказ (Р)
	Лабораторная работа (ЛР)
	Дискуссия (Д)
	Практикум (П)

2. Урок совершенствования изученного (УСИ)	Лабораторная работа (ЛР)
	Самостоятельная работа (СР)
	Практическая работа (ПР)
	Деловая игра (ДИ)
	Консультация (К)
	Экскурсия (Э)
	Семинар (С)
	Практикум (П)
	Исследование (И)
3. Урок обобщения и систематизации (УОС)	Лекция (Л)
	Дискуссия (Д)
	Конференция (К)
	Семинар (С)
	Деловая игра (ДИ)
	Викторина (В)
4. Комбинированный урок (КУ)	Ролевая игра (РИ)
5. Урок контроля и коррекции (УКК)	Зачёт (З)
	Контрольная работа (КР)
	Самостоятельная работа (СР)

Виды контроля: вводный (В), текущий (Т), коррекционный (К), итоговый (И)

## Кодификатор «Универсальные учебные действия»

<b>Л -00</b>	<b>Личностные результаты освоения ООП ООО</b>
<b>ЛГ-00</b>	<b>Гражданская идентичность</b>
	<b><i>Когнитивный компонент</i></b>
<b>ЛГ-01</b>	создан историко-географического образа, включая представление о территории и границах России, ее географических особенностях, знание основных исторических событий развития государственности и общества; знание истории и географии края, его достижений и культурных традиций;
<b>ЛГ-02</b>	сформирован образ социально-политического устройства – представление о государственной организации России, знание государственной символики (герб, флаг, гимн), знание государственных праздников;
<b>ЛГ-03</b>	знание положений Конституции РФ, основных прав и обязанностей гражданина, ориентация в правовом пространстве государственно-общественных отношений;
<b>ЛГ-04</b>	знание о своей этнической принадлежности, освоение национальных ценностей, традиций, культуры, знание о народах и этнических группах России;
<b>ЛГ-05</b>	освоение общекультурного наследия России и общемирового культурного наследия;
<b>ЛГ-06</b>	ориентация в системе моральных норм и ценностей и их иерархизация, понимание конвенционального характера морали;
<b>ЛГ-07</b>	сформированность социально-критического мышления, ориентация в особенностях социальных отношений и взаимодействий, установление взаимосвязи между общественными и политическими событиями;
<b>ЛГ-08</b>	экологическое сознание, признание высокой ценности жизни во всех ее проявлениях; знание основных принципов и правил отношения к природе, знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий; правил поведения в чрезвычайных ситуациях.
	<b><i>Ценностный и эмоциональный компоненты</i></b>
<b>ЛГ-09</b>	воспитание гражданского патриотизма, любви к Родине, чувство гордости за свою страну;
<b>ЛГ-10</b>	уважение истории, культурных и исторических памятников;
<b>ЛГ-11</b>	эмоционально положительное принятие своей этнической идентичности;
<b>ЛГ-12</b>	уважение и принятие других народов России и мира, межэтническая толерантность, готовность к равноправному сотрудничеству;
<b>ЛГ-13</b>	уважение личности и ее достоинства, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия и готовность противостоять им;
<b>ЛГ-14</b>	уважение ценностей семьи, любовь к природе, признание ценности здоровья, своего и других людей, оптимизм в восприятии мира;
<b>ЛГ-15</b>	сформированность потребности в самовыражении и самореализации, социальном признании;
<b>ЛГ-16</b>	сформированность позитивной моральной самооценки и моральных чувств – чувство гордости при следовании моральным нормам, переживание стыда и вины при их нарушении.
	<b><i>Деятельностный компонент</i></b>
<b>ЛГ-17</b>	участие в школьном самоуправлении в пределах возрастных компетенций (дежурство в школе и классе, участие в детских и молодежных общественных организациях, школьных и внешкольных мероприятиях просоциального характера);
<b>ЛГ-18</b>	выполнение норм и требований школьной жизни, прав и обязанностей ученика;
<b>ЛГ-19</b>	умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия; умение конструктивно разрешать конфликты;
<b>ЛГ-20</b>	выполнение моральных норм в отношении взрослых и сверстников в школе, дома, во внеучебных видах деятельности;
<b>ЛГ-21</b>	участие в общественной жизни (благотворительные акции, ориентация в событиях в стране и мире, посещение культурных мероприятий – театров, музеев, библиотек, реализация установок здорового образа жизни);



ЛГ-22	умение строить жизненные планы с учетом конкретных социально-исторических, политических и экономических условий.
ЛЛ-00	<b>Личностная идентичность</b>
ЛЛ-01	усвоенный и принимаемый образ Я во всем богатстве отношений личности к окружающему миру;
ЛЛ-02	чувство адекватности и стабильности владения личностью собственным Я независимо от изменений Я и ситуации;
ЛЛ-03	способность личности к полноценному решению задач, возникающих на каждой из возрастных стадий развития.
	<b>Коммуникативные результаты освоения ОП ООО</b>
КО-00	<b>Общение и взаимодействие</b>
КО-01	умение слушать и слышать друг друга;
КО-02	умение с достаточно полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации;
КО-03	умение адекватно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции;
КО-04	умение представлять и сообщать в письменной и устной форме;
КО-05	готовность спрашивать, интересоваться чужим мнением и высказывать свое;
КО-06	умение вступать в диалог, а также участвовать в коллективном обсуждении проблем, владение монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка.
КД-00	<b>Действовать с учетом позиции другого и уметь согласовывать свои действия</b>
КД-01	понимание возможности различных точек зрения, не совпадающих с собственной;
КД-02	готовность к обсуждению разных точек зрения и выработке общей (групповой) позиции;
КД-03	умение устанавливать и <i>сравнивать</i> разные точки зрения прежде, чем принимать решения и делать выборы;
КД-04	умение аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для оппонентов образом.
КС-00	<b>Организация и планирование учебного сотрудничества</b>
КС-01	определение цели и функций участников, способов взаимодействия;
КС-02	планирование общих способов работы;
КС-03	обеспечение обмена знаниями между членами группы для принятия эффективных совместных решений;
КС-04	способность брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство);
КС-05	способность с помощью вопросов добывать недостающую информацию (познавательная инициативность);
КС-06	разрешение конфликтов – выявление, идентификация проблемы, поиск и оценка альтернативных способов разрешения конфликта, принятие решения и его реализация;
КС-07	управление поведением партнера – контроль, коррекция, оценка действий партнера, умение убеждать.
КГ-00	<b>Работа в группе</b>
КГ-01	умение устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации;
КГ-02	умение интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;
КГ-03	умение обеспечивать бесконфликтную совместную работу в группе;
КГ-04	способность переводить конфликтную ситуацию в логический план и разрешать ее, как задачу — через анализ ее условий.
КМ-00	<b>Следование морально-этическим и психологическим принципам общения и сотрудничества</b>
КМ-01	уважительное отношение к партнерам, внимание к личности другого;
КМ-02	адекватное межличностное восприятие;
КМ-03	готовность адекватно реагировать на нужды других, в частности оказывать <i>помощь</i> и <i>эмоциональную поддержку</i> партнерам в процессе достижения общей цели совместной деятельности;
КМ-04	стремление устанавливать с доверительные отношения взаимопонимания,

	способность к эмпатии.
<b>КР-00</b>	<b>Речевые виды действий</b>
<b>КР-01</b>	использование адекватных языковых средств для отображения в форме речевых высказываний своих чувств, мыслей, побуждений и иных составляющих внутреннего мира;
<b>КР-02</b>	речевое <i>отображение</i> (описание, объяснение) учеником <i>содержания</i> совершаемых действий в форме речевых значений с целью <i>ориентировки</i> (планирование, контроль, оценка) предметно-практической или иной деятельности как в форме <i>громкой социализированной</i> речи, так и в форме <i>внутренней</i> речи (внутреннего говорения), служащей этапом <i>интериоризации</i> – процесса переноса во внутренний план в ходе усвоения новых умственных действий и понятий.
	<b>Познавательные результаты освоения ОП ООО</b>
<b>ПИ-00</b>	<b>Исследовательские умения</b>
	Учащиеся должны овладеть следующими действиями:
<b>ПИ-01</b>	постановка исследовательских вопросов;
<b>ПИ-02</b>	формулирование проблемы;
<b>ПИ-03</b>	выдвижение гипотезы;
<b>ПИ-04</b>	составление плана работы;
<b>ПИ-05</b>	организация наблюдения, планирование и проведение простейших опытов для нахождения необходимой информации и проверки гипотез;
<b>ПИ-06</b>	планирование и проведение небольших интервью;
<b>ПИ-07</b>	использование разных источников информации для сбора фактов (книги, энциклопедии, словари, простейшие графики, диаграммы, рисунки, схемы и др.);
<b>ПИ-08</b>	организовать (систематизировать) информацию.
<b>ПД-00</b>	<b>Общий прием доказательства</b>
	У учащихся будут сформированы умения по решению задач:
<b>ПД-01</b>	анализ и воспроизведение готовых доказательств;
<b>ПД-02</b>	опровержение предложенных доказательств;
<b>ПД-03</b>	самостоятельный поиск, конструирование и осуществление доказательства:
<b>ПД-03-1</b>	- действие подведения под понятие;
<b>ПД-03-2</b>	- действие выбора системы необходимых и достаточных признаков понятия, соответствующей конкретным условиям теоремы или задачи на доказательство;
<b>ПД-03-3</b>	- действие «развертывания» условий (действие выведения следствий) с целью выявления признаков понятий, указанных в заключении;
<b>ПД-03-4</b>	- действие выделения в условии «поисковых областей».
<b>ПЛ-00</b>	<b>Развитие логического интеллекта</b>
	Учащиеся приобретут умение
<b>ПЛ-01</b>	анализировать; классифицировать; сравнивать;
<b>ПЛ-02</b>	выделять критерии и оценивать факты, события, явления и процессы с помощью разных критериев;
<b>ПЛ-03</b>	проверять предположения;
<b>ПЛ-05</b>	устанавливать последовательность фактов, событий, явлений;
<b>ПЛ-06</b>	выделять причинно-следственные связи;
<b>ПЛ-07</b>	делать умозаключения;
<b>ПЛ-08</b>	комбинировать; преобразовывать; прогнозировать;
<b>ПЛ-09</b>	придумывать новое;
<b>ПЛ-10</b>	вести диалог и решать проблемы в малых группах;
<b>ПЛ-11</b>	устанавливать, рассматривать и учитывать все возможные варианты сочетания каких-либо признаков или событий (а не только часть из них или некоторые, отдельные);
	<b>Регулятивные результаты освоения ОП ООО</b>
<b>РЦ-00</b>	<b>Целеполагание и построение жизненных планов</b>
	У учащихся будут сформированы:
<b>РЦ-01</b>	способность к целеполаганию (планировать цели и пути их достижения и устанавливать приоритеты);
<b>РЦ-02</b>	способность справляться с жизненными задачами;
<b>РЦ-03</b>	способность принимать решения и вести переговоры;
<b>РЦ-04</b>	способность к составлению жизненных планов, включающих последовательность этапных целей и задач в их взаимосвязи и последовательности, планирование

	путей и средств их достижения, на основе рефлексии смысла реализации поставленных целей;
<b>РУ-00</b>	<b><i>Регуляция учебной деятельности</i></b>
<b>РУ-01</b>	самооценка и выстраивание стратегии в отношении учения;
<b>РУ-02</b>	способность контролировать свое время и управлять им;
<b>РУ-03</b>	произвольная саморегуляция (осознанное управление своим поведением и деятельностью, направленной на достижение поставленных целей; способность преодолевать трудности и препятствия);
<b>РУ-04</b>	личностные качества: самостоятельность, инициативность, ответственность, относительная независимость и устойчивость в отношении воздействий среды;
<b>РЭ-00</b>	<b><i>Саморегуляция эмоциональных состояний</i></b>
	<u>Учащиеся получают возможность для формирования</u>
<b>РЭ-01</b>	способности совладания со стрессом;
<b>РЭ-02</b>	навыков саморегуляции функциональными состояниями;
<b>РЭ-03</b>	навыков саморегуляции эмоциональных состояний, тревожности, фрустрации;
<b>РЭ-04</b>	основ стратегиями совладания с трудной жизненной ситуации

