

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Ореховская средняя школа»

Рассмотрено
на заседании ШМО учителей
гуманитарного цикла
Протокол №1
от « 28 » 08 2020 г.
Председатель МО 
Тюхматьева С.Г.,

Принято
Решением Педагогического совета
Протокол №1
от « 31 » 08 2020 г.

Утверждаю
Директор

Эйхвальд О.И.
Приказ № 88
от « 31 » 08 2020 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

На 2020-2021 учебный год

Наименование предмета: Основам безопасности жизнедеятельности

Класс: 6

Уровень общего образования: основное общее образование

Учитель: Терещенков Сергей Александрович

Срок реализации программы: 2020-2021 учебный год

Количество часов по учебному плану: 34 часа в год, 1 час в неделю

Рабочую программу составила:

Терещенков С. А.

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета.

Личностными результатами изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» являются :

- развитие личностных качеств, обеспечивающих защищённость 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 среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметными результатами обучения являются:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение учащимися 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;
- 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 приёмов 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.

Предметными результатами являются:

- знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- умения 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;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях;
- умение оценивать с эстетической точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его;
- знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни;

- умения оказывать первую медицинскую помощь;
- формирование установки на здоровый образ жизни;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.
- формировать целостное представление о мире, основанного на приобретённых знаниях, умениях и способах деятельности;
- приобретать опыт разнообразной деятельности, опыта познания и самопознания;
- подготовке к осуществлению осознанного выбора индивидуальной образовательной или профессиональной траектории.;
- формировать индивидуальную систему здорового образа жизни;
- Выпускник получит возможность научиться :
 - формированию антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приёму психоактивных веществ, в том числе и наркотиков;
 - формированию современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности.

2. Содержание учебного предмета

Основы безопасности жизнедеятельности (34ч).

Модуль 1. Основы комплексной безопасности.(25ч).

Глава 1.Подготовка к активному отдыху на природе.(6ч).

Природа и человек. Человек и природа неразделимы. Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение сторон горизонта ночью. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Карта, масштаб. Ориентирование карты на местные предметы. Азимут. Подготовка к выходу на природу. План организации похода. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Правила разведения костра. Заготовка топлива. Приготовление пищи в походе. Определение необходимого снаряжения для похода. Требования к туристскому снаряжению. Аптечка первой помощи.

Глава 2. Активный отдых на природе и безопасность. (5ч).

Активный отдых на природе. Основные меры безопасности в походе. Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности. Порядок движения походной группы. Препятствия на равнинных маршрутах. Особенности горных маршрутов, приёмы ходьбы на них. Подготовка и проведение лыжных походов. Экипировка для лыжного похода. Организация движения в лыжном походе. Водные походы и обеспечение безопасности на воде. Подготовка к водному походу. Правила безопасного поведения на воде и при устройстве на ночлег. Возможные аварийные ситуации в водном походе. Велосипедные походы и безопасность туристов. Устройство дорожного и спортивного велосипедов. Подготовка к велосипедному походу. Организация движения на маршруте. Ремонтный набор велосипедиста. Организация движения на маршруте. Обеспечение безопасности велопохода.

Глава 3. Дальний(внутренний) и выездной туризм и меры безопасности.(6ч).

Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем(внутреннем) и выездном туризме. Внутренний и выездной туризм. Адаптация. Акклиматизация человека в различных климатических условиях. Акклиматизация в условиях холодного и

жаркого климата. Акклиматизация человека в горной местности.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта: в автомобиле, поезде. Обеспечение личной безопасности на водном транспорте. Поведение пассажиров при кораблекрушении. Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте. Подготовка к взлёту. Рекомендации по безопасному поведению при возникновении аварийной ситуации.

Глава 4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде. (4ч).

Автономное существование человека в природе. Добровольная автономия. Вынужденная автономия. Добровольная автономия человека в природной среде. Руаль Амундсен, Роберт Скотт, Алан Бомбар, Фёдор Конюхов. Вынужденная автономия человека в природной среде. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. Сооружение временного укрытия из подручных средств. Способы добывания огня. Обеспечение питанием. Подача сигналов бедствия.

Глава 5. Опасные ситуации в природных условиях.(4ч).

Опасные погодные явления. Поведение туристов во время грозы, пурги. Признаки ухудшения погоды. Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Сведения, необходимые знать о повадках животных. Рекомендации специалистов о поведении туристов при встрече с дикими животными. Укусы насекомых и защита от них. Кровососущие насекомые, пчёлы, осы, шмели, шершни, клещи. Клещевой энцефалит и его профилактика. Возбудитель заболевания, активность клеща, заражение . Профилактика энцефалита, меры предосторожности. Удаление клеща.

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.(9ч).

Глава 6. Первая помощь при неотложных состояниях.(4ч).

Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях. Лекарственные растения и их применение в походе. Оказание первой помощи при травмах. Первая помощь при ссадинах, ушибах, вывихах, при растяжениях и разрывах связок. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге. Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых.

Глава 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие.(5ч).

Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Навыки самоконтроля. Профилактика переутомления. Компьютер и его влияние на здоровье. Правила пользования компьютером. Гимнастика от переутомления. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Загрязнение воздуха, почв. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека. Социальное развитие человека. Социальная зрелость человека. Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека. Наркомания, токсикомания. Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ. Стадии развития наркомании. Правила «Нет наркотикам!»

3.Тематическое планирование «Основы безопасности жизнедеятельности». 6 класс. 1 час в неделю. Всего 34 часа.

№	Название темы	Количество часов
	Модуль 1. Основы безопасности личности, общества, государства.....	25
	Раздел 1. Основы комплексной безопасности.	
	Глава 1. Подготовка к активному отдыху на природе.	6
1.	Входная диагностическая работа. Природа и человек.	1
2.	Ориентирование на местности.	1
3.	Определение своего местонахождения и направления движения на местности.	1
4.	Подготовка к выходу на природу.	1
5.	Определение места для бивака и организация бивачных работ.	1
6.	Определение необходимого снаряжения для похода.	1
	Глава 2. Активный отдых на природе и безопасность.	5
7.	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.	1
8.	Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности.	1
9.	Подготовка и проведение лыжных походов.	1
10.	Водные походы и обеспечение безопасности на воде.	1
11.	Велосипедные походы и безопасность туристов.	1
	Глава 3. Дальний (внутренний) и выездной туризм и меры безопасности.	6
12.	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем(внутреннем) и выездном туризме.	1
13.	Акклиматизация человека в различных климатических условиях.	1
14.	Акклиматизация человека в горной местности	1
15.	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.	1
16.	Промежуточная работа. Обеспечение личной безопасности на водном транспорте.	1
17.	Обеспечение личной безопасности на воздушном	1

	транспорте.	
	Глава 4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде.	4
18.	Автономное существование человека в природе.	1
19.	Добровольная автономия человека в природной среде.	1
20.	Вынужденная автономия человека в природной среде.	1
21.	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.	1
	Глава 5. Опасные ситуации в природных условиях.	4
22.	Опасные погодные явления.	1
23.	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.	1
24.	Укусы насекомых и защита от них.	1
25.	Клещевой энцефалит и его профилактика.	1
	Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	9
	Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.	
	Глава 6. Первая помощь при неотложных состояниях.	4
26.	Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях.	1
27.	Оказание первой помощи при травмах.	1
28.	Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге.	1
29.	Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых.	1
	Раздел 4. Основы здорового образа жизни.	
	Глава 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие.	5
30.	Здоровый образ жизни и профилактика утомления.	1
31.	Компьютер и его влияние на здоровье.	1
32.	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	1
33.	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека. Итоговая работа.	1
34.	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека. Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ.	1

