

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
лицей № 445 Курортного района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТО

педагогическим советом
Протокол № 1 от 30.08.2017 г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ лицей № 445
И.Н.Усачева
Приказ № 67 от 01.09.2017 г.

**Рабочая программа по внеурочной деятельности
«Основы безопасности жизнедеятельности»
6 а, 6 б класс**

Учитель: Шмырева А.Н.
первая категория

Срок реализации программы 2017 / 2018 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана в соответствии с нормативными документами:
Федеральным законом от 29.12.2012 ФЗ №273 «Об образовании в Российской Федерации» ,
Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.12.2010 №1897 «Об утверждении федерального государственного основного общего образования»,
Приказом Минобрнауки России от 30.08.2013 №1015 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам начального общего, основного общего, и среднего общего образования»,
Образовательной программой Основного Общего Образования 5 –7 классов ГБОУ лицея № 445 Курортного района Санкт-Петербурга
Учебным планом ГБОУ лицея № 445 на 2017–2018 учебный год

Рабочая программа по «Основам Безопасности жизнедеятельности» 6 класс.

Программа рассчитана на 34 часов(1 час в неделю).

Для реализации программного содержания используется:

А. Г. Маслов, В. В. Марков, В. Н. Латчук, М. И. Кузнецов Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс: учебник для общеобразовательных учреждений /. — М.: Дрофа, 2014.

Латчук В. Н., Марков В. В., Маслов А. Г. Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс: методическое пособие. — М.: Дрофа, 2007.

Миронов С. К. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации по использованию учебников в учебном процессе, организованном в соответствии с новым образовательным стандартом. — М.: Дрофа, 2007.

В.Н. Латчук, В.В. Марков, М.П. Фролов «Основы безопасности жизнедеятельности» Дидактические материалы - М.: Дрофа, 2007.

Журнал «Основы безопасности жизни»

Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности»

Характеристика особенностей программы:

Рабочая программа разработана на основе авторской программы «Основы безопасности жизнедеятельности», разработанной В.Н. Латчуком (руководитель), С.К. Мироновым, С.Н. Вангородским и в соответствии с федеральным компонентом Государственного стандарта среднего общего образования.

В настоящей рабочей программе реализованы требования федеральных законов:

- «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
- «Об охране окружающей природной среды»;
- «О пожарной безопасности»;
- «О гражданской обороне»;
- «О безопасности дорожного движения» и др.

В программе представлены два раздела, в каждом из которых выделены образовательные линии.

Раздел I «Безопасность и защита человека в среде обитания» включает темы: «Правила безопасного поведения в природной среде», «Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях», «Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения».

Раздел II «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» предусматривает изучение тем: «Основы медицинских знаний» и «Основы здорового образа жизни».

Цели и задачи курса:

- ✓ Ознакомление с необходимыми индивидуальными мерами безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера, с мероприятиями, проводимыми государством по защите населения;
- ✓ Ознакомление с опасностями, угрожающими человеку в условиях автономного существования;
- ✓ Изучение и освоение основ медицинских знаний и правил оказания первой медицинской помощи;
- ✓ Иметь представление об основных видах здорового образа жизни;

Главная задача курса

Дать учащимся навыки выживания в опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни: на воде; в чрезвычайной ситуации природного характера; по оказанию первой медицинской помощи при травмах; основам здорового образа жизни.

Межпредметные связи:

Биология, география.

Итоговый и промежуточный контроль знаний обучающихся осуществляется в виде тестирования.

Содержание программы

Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях. (22ч)

Опасные ситуации, возникающие в природе, их причины. Психологические основы выживания при автономном существовании. Психическое состояние человека при выживании в природных условиях. Преодоление страха и стрессового состояния. Автономное существование человека в природе. Возможные причины попадания человека в условия вынужденного автономного существования в природных условиях (аварии транспортного средства в малонаселенной местности; заблудились в лесу, горах, степи; отстали от группы в турпоходе и др.). Выживание в природных условиях. Надежная одежда и обувь. Правила безопасного поведения человека при вынужденном автономном существовании в природных условиях. Правила ориентирования на местности, выход к линейным ориентирам и населенным пунктам. Правила безопасного поведения на воде. Опасность водоемов. Особенности состояния водоемов в разное время года. Опасность

водоемов зимой. Тонкий лед и опасность передвижения по льду. Меры предосторожности при движении по льду водоемов. Способы переправы через реку (переход вброд, преодоление вплавь, преодоление рек с быстрым течением), преодоление трясин и болот. Оборудование временного жилища, укрытия. Способы добывания огня, обогрев временного жилища. Обеспечение водой и питанием. Поиск и приготовление пищи. Съедобные растения, ягоды, грибы, орехи. Сигналы бедствия. Смена климатогеографических условий. Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Акклиматизация, общие понятия и определения. Акклиматизация к условиям жаркого климата, условиям горной местности, к условиям Севера. Требования к здоровью человека, которые необходимо учитывать при планировании смены климатогеографических условий. Отработка навыков для выполнения однодневного туристического похода (определение сторон горизонта, движение по азимуту, ориентирование на местности, разбивка лагеря, разведение костра, обеспечение водой, приготовление пищи и др.). Ознакомление со съедобными и лекарственными растениями.

Защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени (3ч)

Изучение средств индивидуальной защиты органов дыхания. Их использование. Ознакомление с защитными сооружениями гражданской обороны, порядком их использования. Обучение способам оповещения населения о чрезвычайных ситуациях военного времени в городах, населенных пунктах и на промышленных предприятиях.

Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (7ч)

Характеристика различных видов травм и ушибов, повреждений и вызывающие их причины. Правила и способы оказания первой медицинской помощи пострадавшему.

Правила и способы транспортировки пострадавших.

Первая медицинская помощь при укусах змей, пищевой и других видах аллергии. Оказание помощи терпящим бедствие на воде. Первая медицинская помощь при утоплении. Отработка навыков оказания помощи пострадавшему при утоплении, тепловом и солнечном ударе, отморожении.

Медицинская аптечка. Перевязочные и лекарственные средства. Правила приема лекарственных веществ. Использование природных лекарственных средств. Основы здорового образа жизни (5ч)

Рациональное питание. Недоедание. Нарушение правил личной гигиены.

Половое просвещение учащихся и его роль в формировании здоровья. Изменения в организме, происходящие при половом созревании. Факторы, формирующие репродуктивное здоровье. Знания о взаимоотношении полов.

Поведение в период полового созревания.

Закрепление практических навыков по пройденным темам (1ч)

Требования к уровню подготовки учащихся 6 класса

Должны:

Знать/понимать:

- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера;
 - способы безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия;
уметь
 - соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
 - оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах;
 - пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
 - действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения.
- использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
- обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Тип/форма урока	Планируемые результаты обучения		Виды формы контроля	Примечание
				Основание предметных знаний	УУД		
1	Глава 1. Чрезвычайные и экстремальные ситуации в природе. Техника безопасности на уроках ОБЖ. Экстремальные ситуации в природе и их причины.	1	Ознакомление с новым материалом	Основные виды экстремальных ситуаций в природе и их причины. Автономное существование человека в природе и причины попадания человека в такую ситуацию. Знать: основные виды экстремальных ситуаций в природе и их причины.		Фронтальный	

	Раздел 1 П 1.1.			Уметь: отличать чрезвычайную ситуацию от просто сложных условий.		
2	Факторы и стрессоры выживания в природных условиях. Раздел 1 П. 1.2. П.1.3.	1	Комбинированный	Факторы выживания в природных условиях. Стрессоры выживания и их влияние на организм человека Знать: факторы способствующие выживанию человека в природных условиях; стрессоры выживания влияющие на человека в природной среде. Уметь: бороться со стрессорами выживания в природной среде.	Фронтальный	
3	Глава 2. Психологические основы выживания в природных условиях. Что надо знать о себе, что бы выжить. Страх. Раздел 1 П.2.1.П.2.2.	1	Комбинированный	Особенности психики человека. Умение управлять собой. Страх. Паническое бегство. Борьба со страхом. Иметь представление о психических познавательных процессах. Уметь: бороться со страхом.	Фронтальный	
4	Внимание. Ощущения и восприятие. Память и мышление. Воображение и элементы выживания. Раздел 1 П. 2.3. П.2.4. Раздел 1 П.2.5. П. 2.6.	1	Комбинированный	Внимание. Развитие внимания. Ощущение и восприятие. Развитие наблюдательности. Память. Виды памяти. Развитие памяти. Мышление. Воображение. Элементы выживания. Иметь представление о психических познавательных процессах (внимание, ощущение и восприятие).	Фронтальный	

				Иметь представление о психических познавательных процессах (память, мышление, воображение). Уметь применять установку на выживание		
5	Влияние характера на поступки в условиях выживания. Раздел 1 П.2.7.	1	Комбинированный презентация	Характер и его влияние на поступки в условиях выживания. Воспитание воли. Знать как влияет характер на поступки в условиях выживания Иметь представление о значении воли в выживании.	индивидуальный	
6	Глава 3. Как избежать попадание в экстремальную ситуацию. Как избежать попадания в экстремальную ситуацию. Раздел 1. П.3.1.П.3.2.	1	Ознакомление с новым материалом	Подготовка к походу. Правила безопасного поведения на природе. Граница полигона. Знать: правила поведения на природе; этапы подготовки к походу; как собирать рюкзак, какие продукты можно брать в поход. Уметь: правильно собирать рюкзак, определять границы полигона.	фронтальный	
7	Надежная одежда и обувь - необходимы для безопасности. Раздел 1 П. 3.3.	1	Комбинированный	Надежная удобная обувь и уход за ней. Надежная одежда и требования к ней. Знать: требования, предъявляемые к одежде и обуви при нахождении на природе. Уметь: ухаживать за обувью во время похода	фронтальный	
8	Автономное существо-	1	Комбинированный	Выживание в природных	Тест (10мин)	

	вание человека в природе. Основные правила поведения в экстремальной ситуации. Раздел 1 П.4.1.			условиях. Основные правила безопасного поведения человека в экстремальных ситуациях на природе Знать: правила поведения в экстремальных ситуациях на природе		
9	Определение направления выхода.	1	Комбинированный компас	Определение направления выхода в ситуации, когда человек заблудился. Определение направления выхода в случае отставания от группы. Знать: способы и правила определения направления выхода в ситуации, когда человек заблудился или отстал от группы. Уметь: определять примерное расстояние до источника звука	Фронтальный	
10	Ориентирование Раздел 1.П.4.3.	1	Комбинированный компас	Сохранение направления движения. Движение по азимуту. Техника движения. Способы переправы через реку и преодоление болот. Опасность и меры предосторожности при передвижении по льду водоёмов. Знать: технику и правила движения при выходе к населенному пункту. Уметь: двигаться по азимуту.	Тест (10мин)	
11	Выход к населенному пункту. Раздел1. П.4.4.	1	Комбинированный карта	Сохранение направления движения. Движение по азимуту. Техника движения. Способы переправы через реку и	Фронтальный	

				преодоление болот. Опасность и меры предосторожности при передвижении по льду водоёмов. Знать: технику и правила движения при выходе к населенному пункту. Уметь: двигаться по азимуту.		
12	Сооружение временного жилища. Раздел 1П.4.5.	1	Комбинированный видеофильм	Выбор места сооружения временного жилища. Виды и способы сооружения временного жилища. Знать: виды и правила сооружения временного жилища. Уметь: сооружать временное жилище из подручных средств.	Фронтальный	
13	Способы добычи огня. Раздел 1 П.4.6.	1	Комбинированный	Выбор места и правила разведения костра. Виды костров. Типы костров. Способы добывания и сохранения огня. Знать: виды и типы костров; способы добычи огня. Уметь: разводить костер; выбирать место для костра.	Фронтальный	
14	Обеспечение питанием и водой. Раздел 1.П.4.7.	1	комбинированный	Поиск и сбор растительной пищи. Способы приготовления пищи Знать: использование съедобных растений в пищу. Уметь: готовить пищу на костре в условиях АС.	Фронтальный	
15	Поиск и приготовление пищи. Раздел 1.П.4.8.	1	комбинированный	Поиск и сбор растительной пищи. Способы приготовления пищи. Знать: использование съедобных растений в пищу. Уметь: готовить пищу на костре	Фронтальный	

				в условиях АС.		
16	Сигналы бедствия. Раздел 1.П. 4.9.	1	комбинированный	Способы подачи сигналов бедствия. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств. Международная кодовая таблица сигналов. Знать: способы подачи сигналов. Уметь: изготавливать простейшие сигнальные средства	Тест (10мин)	
17	Глава 5. Смена климатогеографических условий. Смена климатогеографических условий. Раздел1. Глава5.	1	комбинированный Учебник, карта	Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Адаптация организма человека к смене климатогеографических условий. Знать: основные правила поведения при смене климатогеографических условий.	Тест (7мин)	
18	Защита населения от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Устройство убежища, порядок заполнения и правила поведения в нем. Раздел 1. П.6.1.	1	Ознакомление с новым материалом плакат	Устройство убежища, порядок заполнения и правила поведения в нем. Знать: назначение убежищ. Владеть навыками выполнения мероприятий по правилам: заполнения и поведения в убежищах.	фронтальный	
19	Как действовать при возникновении воздушной опасности. Раздел1.П. 6.2.	1	Комбинированный	Действие населения при воздушной опасности. Знать: действие населения в случае угрозы нападения противника. Владеть навыками выполнения	фронтальный	

				мероприятий по правилам: поведения при возникновении воздушной опасности		
20	Как пользоваться поврежденным противогазом в не пригодной для дыхания среде. Раздел 1. П. 6.3.	1	Комбинированный Противогаз	Пользование поврежденным противогазом в непригодной для дыхания среде. Владеть навыками выполнения мероприятий по правилам: использования средств индивидуальной защиты органов дыхания в непригодной для дыхания среде.	Фронтальный	
21	Правила оказания первой медицинской помощи в природных условиях. Средства оказания медицинской помощи. Раздел2. П.1.1.	1	комбинированный	Аптечка первой помощи. Использование природных лекарственных средств. Знать: состав аптечки первой помощи для похода. Иметь представление о лекарственных растениях и их применении.	Тест (10 мин)	
22	Укусы насекомых. Укусы змей. Раздел2. П.1.2.П.1.3.	1	комбинированный	Первая медицинская помощь при укусах насекомых. Первая медицинская помощь при укусах насекомых. Знать: правила поведения на природе во избежание укусов насекомых, змей. Владеть навыками приемов оказания первой медицинской помощи при укусах насекомых и змей.	Тест (7мин)	
23 24	Модуль «Безопасность Дорожного движения»	4			зачёт	

25 26						
27	<p>Ожог кожи. Солнечный ожог. Отморожение и охлаждение организма. Раздел 2. П.1.4 П.1.5.</p>	1	комбинированный Презентация	<p>Первая медицинская помощь при ожогах. Первая медицинская помощь при солнечных ожогах. Признаки обморожения и охлаждения организма. Первая медицинская помощь при отморожении и охлаждении организма. Знать: признаки степени ожогов. Владеть навыками приемов оказания первой медицинской помощи при ожогах кожи и солнечных ожогах. Знать: степени отморожения и их признаки. Владеть навыками приемов оказания первой медицинской помощи при отморожении и охлаждении организма.</p>	Тест (7 мин)	
28	<p>Оказание помощи терпящим бедствие на воде. Раздел 2. П.1.7.</p>	1	комбинированный Видеофильм	<p>Опасность водоемов и правила безопасного поведения на воде. Оказание первой медицинской помощи при утоплении Знать правила безопасного поведения на воде. Владеть навыками оказания помощи терпящим бедствия на воде.</p>	Тест (10мин)	
29	<p>Различные виды повреждений (травм) организма человека и</p>	1	комбинированный Видеофильм	<p>Классификация повреждений организма человека. Первая медицинская помощь при</p>	Тест (10мин)	

	причины вызывающие их. Способы переноски пострадавших Раздел 2. П.2.1.П.2.2.			закрытых травмах (ушибы, растяжения, разрывы, вывихи, переломы, с давления) Способы переноски пострадавших с использованием подручных средств. Знать признаки закрытых травм (ушибы, растяжения, разрывы, вывихи, переломы, с давления). Владеть навыками приемов оказания ПМП при закрытых травмах. Иметь представление о способах переноски пострадавших в природных условиях. Уметь сооружать носилки из подручных средств		
30	Правильное питание - основа здорового образа жизни и профилактика многих заболеваний человека Раздел3Глава1	1	Ознакомление с новым материалом	Значение питания для детей и подростков. Калорийность продуктов питания Иметь представление о правильном питании, как о важном составляющим здорового образа жизни. Уметь рассчитывать рацион по калорийности продуктов.	Фронтальный	
31	Значение белков, жиров и углеводов в питании человека. Раздел 3Глава 2	1	Комбинированный презентация	Гигиеническое значение белков, жиров и углеводов. Гигиеническое значение витаминов, минеральных веществ и воды. Иметь представление о значении белков, жиров,	индивидуальный	

				углеводов, витаминов, минеральных веществ и воды в питании человека.		
32	Гигиена и культура питания. Раздел3 Глава 3	1	Комбинированный	Гигиенические требования к питанию. Культура питания Знать гигиенические требования к питанию.	Тест(12мин)	
33	Что такое подростковый возраст? Изменения поведения в подростковом возрасте. Раздел3 П 4.1П.4.2	1	Комбинированный	Изменение поведения в подростковом возрасте. Групповое давление. Уметь избавляется от группового давления	Фронтальный	
34	Отношения с родителями. Изменение организма в подростковом возрасте. Раздел 3П.4.3.П.4.4 Итоговый урок.	1	Комбинированный	Отношения с родителями. Изменение организма в подростковом возрасте. Иметь представления об изменениях происходящих в вашем возрасте.	Фронтальный	

