

Рабочая программа по дисциплине
«Основы безопасности жизнедеятельности»
6 класс

Пояснительная записка

Настоящая программа является звеном, обеспечивающим непрерывность обучения населения, и прежде всего детей, правильным действиям в опасных для жизни и здоровья условиях, при возникновении чрезвычайных ситуаций. Реализация данной программы позволит привить детям знания, умения и навыки в области безопасности жизнедеятельности; позволит сформировать у них научно обоснованную систему понятий основ безопасности жизнедеятельности; выработать необходимые умения и навыки безопасного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях.

Главной задачей обучения по данной программе является развитие у детей чувства ответственности за свое поведение, бережного отношения к своему здоровью и к окружающим, стимулирование у ребенка самостоятельности в принятии решений и выработки умений и навыков безопасного поведения в реальной жизни.

Рабочая программа составлена на основе Стандарта основного общего образования по предмету основы безопасности жизнедеятельности и программы курса по основам безопасности жизнедеятельности для 6 класса общеобразовательных учреждений, предложенной А.Т. Смирновым и рекомендованной КПК и ПРО.

Программа состоит из двух разделов:

- Безопасность человека в природных условиях
- Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Данный курс проводится систематически и рассчитан на 34 часа в год, по одному часу в неделю. Уровень данной программы является базовым и обязателен для всех учащихся.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной общеобразовательной школе направлен на достижение следующих целей:

- *воспитание* ответственного отношения к окружающей природной среде, к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности, к безопасности личности, общества и государства;
- *развитие* личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного; развитие потребности соблюдать нормы здорового образа жизни;

- *освоение* знаний: об опасных и чрезвычайных ситуациях, о влиянии их последствий на безопасность личности; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
- *овладение умениями*: предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и разрабатывать план своих действий в конкретной опасной ситуации с учетом реальной обстановки и своих возможностей.

**В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик должен
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:**
- - оказывать первую медицинскую помощь при отморожениях, солнечных ударах, ушибах и кровотечениях;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**
- - для обеспечения личной безопасности;
 - - обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Используемый УМК для учителя:

1. Стандарт основного общего образования по ОБЖ, Сборник нормативных документов. – М.: Дрофа, 2009
2. А.Т. Смирнов, Программа курса ОБЖ для 5-9 классов общеобразовательных учреждений. – Киров, 2009
3. А.Г. Волков, В.Н. Косьянов, Методические рекомендации по преподаванию курса ОБЖ во 2-11 классах. – Киров, 2009
4. А.Т. Смирнов, ОБЖ. Учебник для учащихся 6 классов, - М.: Просвещение, 2009

Используемый УМК для учащихся:

1. А.Т. Смирнов, ОБЖ. Учебник для учащихся 6 классов, - М.: Просвещение, 2009
2. Детская энциклопедия "Я познаю мир": ОБЖ. - М.: Аристель, 2003
3. Энциклопедия для детей "Личная безопасность". - М.: Аванта+, 2003

Примерное содержание учебной программы «Основы безопасности жизнедеятельности» (6 класс)

Раздел I. Безопасность человека в природных условиях

1. Подготовка к активному отдыху на природе

Природа и человек. Общение с живой природой — естественная потребность человека для развития своих духовных и физических качеств. Активный отдых на природе и необходимость подготовки к нему.

Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.

Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разведение костра, заготовка топлива, приготовление пищи на костре.

Определение необходимого снаряжения для похода.

2. Активный отдых на природе и безопасность

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.

Обеспечение безопасности в пеших и горных походах. Порядок движения походной группы. Выбор линии движения в пешем путешествии. Режим и распорядок дня похода. Преодоление лесных зарослей и завалов. Движение по склонам. Преодоление водных препятствий.

Подготовка и проведение лыжных походов, одежда и обувь туриста-лыжника, подбор и подготовка лыж. Организация движения, организация ночлегов. Меры безопасности в лыжном походе.

Водные походы. Подготовка к водному путешествию. Возможные аварийные ситуации в водном походе. Обеспечение безопасности на воде.

Велосипедные походы. Особенности организации велосипедных походов. Обеспечение безопасности туристов в велосипедных походах.

3. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных климатических условиях. Акклиматизация к холодному климату. Акклиматизация к жаркому климату. Акклиматизация в горной местности.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземным видом транспорта (автомобилем, железнодорожным транспортом).

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным или воздушным видом транспорта.

4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия.

Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. Сооружение временного укрытия из подручных средств. Добывание огня, обеспечение водой и пищей. Подача сигналов бедствия.

5. Опасные ситуации в природных условиях Опасные погодные условия и способы защиты от них. Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

6. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Вопросы личной гигиены и оказания первой медицинской помощи в природных условиях. Походная аптечка. Лекарственные растения.

Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и потертостях. Первая медицинская помощь при ушибах, вывихах, растяжениях связок.

Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах и отморожении. Первая медицинская помощь при ожогах.

Оказание первой медицинской помощи при укусе ядовитой змеи. Первая медицинская помощь при укусах насекомых.

7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие

Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Компьютер и его влияние на здоровье. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.

Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека.

Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ. Стадии развития наркомании. Правила четырех «Нет!» наркотикам.

Поурочное планирование учебной программы ОБЖ (6 класс)

№	Наименование раздела, темы и урока	Кол-во часов	
		Раздел	Тема
I	Безопасность человека в природных условиях	22	
1	Подготовка к активному отдыху на природе		5
1.1	Природа и человек, ориентирование на местности		1
1.2	Определение своего местонахождения и направления движения на местности		1
1.3	Подготовка к выходу на природу, определение необходимого снаряжения для похода		1
1.4	Определение места для бивака и организация бивачных работ		1
1.5.	Правила пожарной безопасности при разведении костра в природе		1
2	Активный отдых на природе и безопасность		4
2.1	Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе, подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности		1
2.2	Подготовка и проведение лыжных походов		1
2.3	Водные походы и обеспечение безопасности на воде		1
2.4	Велосипедные походы и безопасность туристов		1
3	Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности		7
3.1	Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме		1
3.2	Акклиматизация человека в различных климатических условиях		1
3.3	Акклиматизация человека в горной местности		1
3.4	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта		1
3.5	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным транспортом		1
3.6	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха воздушным транспортом		1

3.7	Обобщение темы: Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности		1
4	Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде		2
4.1	Автономное пребывание человека в природной среде		1
4.2	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании		1
5	Опасные ситуации в природных условиях		4
5.1	Опасные погодные явления		1
5.2	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях		1
5.3	Укусы насекомых и защита от них		1
5.4	Клещевой энцефалит и его профилактика		1
II	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	12	
6	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи		5
6.1	Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи в природных условиях		1
6.2	Оказание первой медицинской помощи при травмах		1
6.3	Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге		1
6.4	Оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых		1
6.5	Обобщение по теме: Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи		1
7	Здоровье человека и факторы, на него влияющие		7
7.1	Здоровый образ жизни и профилактика утомления		1
7.2	Компьютер и его влияние на здоровье		1
7.3	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека		1
7.4	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека		1
7.5	Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека		1
7.6	Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ		1

7.7	Итоговая контрольная работа		1
		Всего часов	34

Примерное тематическое планирование уроков по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс»

№ урока/ Дата	Тема урока	Форма урока	Основные понятия по курсу	Краткое содержание урока	Практические задания
Подготовка к активному отдыху на природе(5ч)					
1	Природа и человек, ориентирование на местности	Изучение нового материала	Ориентирование, азимут, местное время, декретное время	Азы ориентирования с помощью карты и компаса.	Составить карту-схему окрестностей школы и нанести путь из дома
2	Определение своего местонахождения и направления движения на местности	Комбинированный	Стороны света, признаки местности, по которым определяют стороны света	Ориентирование на местности (по солнцу, звездам и т.) Определение своего местонахождения и направления движения на местности.	Определить истинный полдень своей местности
3	Подготовка к выходу на природу, определение необходимого снаряжения для похода	Комбинированный	Факторы: природные, техногенные, социальные; Групповое и личное снаряжение; Носимый аварийный запас (НАЗ)	Этапы подготовки к выходу на природу, перечень снаряжение для похода	Составить свой НАЗ
4	Определение места для бивака и организация бивачных работ	Комбинированный	Бивак, типы зимних и летних убежищ.	Главные принципы выбора и постройки бивака и убежища	Построить макет шалаша
5	Правила пожарной безопасности при разведении костра в природе	Комбинированный	Виды растопки, типы костров, правила противопожарной безопасности	Подготовка места для костра, рассмотрение видов растопки и типов костра, составление правил противопожарной безопасности заготовка топлива, приготовление пищи на костре	Собрать и принести различные типы растопок
Активный отдых на природе и безопасность (4ч)					
6	Общие правила безопасности при	Комбинированный	Правила безопасности при активном отдыхе	Отличия между равнинной и горной местностью, разработать	

	активном отдыхе на природе, подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности			правила безопасности при активном отдыхе	
7	Подготовка и проведение лыжных походов	Комбинированный	Зимнее снаряжение	Подготовка зимнего снаряжения туриста-лыжника, подбор и подготовка лыж, правил безопасного поведения в зимнее время года	
8	Водные походы и обеспечение безопасности на воде	Комбинированный	Водоемы в разное время года, с правилами поведения при купании в оборудованных и необорудованных местах для купания	Правилами безопасного поведения на воде особенности водоемов в разное время года(зимой, весной, летом и осенью) изготовление простейшее плавсредство	Изготовить макет плавсредства
9	Велосипедные походы и безопасность туристов	Комбинированный	ПДД для велосипедистов	Рассмотрение ПДД для велосипедистов, подготовка велосипеда для похода	
Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности(7ч)					
10	Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме	Комбинированный	Неблагоприятные факторы, экстремальная ситуация	Факторы, мешающие справиться с экстремальной ситуацией, действие по их преодолению	
11	Акклиматизация человека в различных климатических условиях	Комбинированный	Акклиматизация в различных климатических условиях, правила	Ситуации в которых необходима акклиматизация, и что для этого нужно сделать	

			акклиматизации		
12	Акклиматизация человека в горной местности	Комбинированный	Давление воздуха, кислородное голодание, горная болезнь	Горная местность акклиматизация в ней	
13	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта	Комбинированный	Аварии наземного транспорта(автомобилем, железнодорожным транспортом), сигналы бедствия	Последовательность действий при аварии наземного транспорта, способы подачи сигналов бедствия	
14	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным транспортом	Комбинированный	Аварии водного транспорта	Последовательность действий при аварии водного транспорта	
15	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха воздушным транспортом	Комбинированный	Аварии воздушного транспорта	Последовательность действий при аварии воздушного транспорта	
16	Обобщение темы: «Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности»	Обобщение и систематизация знаний и умений			
Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде (2ч)					
17	Автономное пребывание человека в природной среде	Комбинированный	Автономное существования	Правила автономного существования человека в природной среде	
18	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной	Комбинированный	Съедобные и несъедобные растения и животные, очистка воды	Нахождение пищи и воды в природной среде. Сооружение временного укрытия из подручных	Изготовление фильтра из природных материалов

	среде при автономном существовании			средств. Добывание огня, обеспечение водой и пищей. Подача сигналов бедствия.	
Опасные ситуации в природных условиях (4ч)					
19	Опасные погодные явления	Комбинированный	Ураган, ливень, снегопад	Правила поведения при опасных погодных явлениях и способы защиты от них	
20	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях	Комбинированный	Правила поведения при встрече с животными	Действия человека при встрече с животными, поведение в лесу, чтобы не тревожить животных	
21	Укусы насекомых и защита от них	Комбинированный	Опасные насекомые, отравления	Действия человека, чтобы предотвратить укус насекомого, если укус произошел, при отравлениях	
22	Клещевой энцефалит и его профилактика	Комбинированный	Клещевой энцефалит, вакцинация, репелленты	Правила подготовки и обработки одежды и снаряжения Клиническая картина энцефалита, диагностика, лечение.	
Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (5ч)					
23	Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи в природных условиях	Комбинированный	Личная гигиена, первая медицинская помощь	Правила оказания первой доврачебной помощи, действия в простейших ситуациях, когда нужна быстрая помощь, природные средства можно использовать для личной гигиены.	
24	Оказание первой медицинской помощи при травмах	Комбинированный	Первая медицинская помощь при травмах, виды травм(ушибы, ссадины, растяжения, вывихи, переломы)	Виды травм действия при ушибах, ушибах, ссадинах, растяжениях, вывихах, переломах и т.д	Наложить шину из подручных средств

25	Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге	Комбинированный	Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге	Действия для предотвращения теплового и солнечного ударов, отморожений и ожогов, действия по оказанию помощи.	
26	Оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых	Комбинированный	Первая медицинская помощь при укусах змей и насекомых	Действия для предотвращения укусов змей и насекомых, действия по оказанию помощи.	
27	Обобщение темы: «Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи»	Обобщение и систематизация знаний и умений			
Здоровье человека и факторы, на него влияющие (7ч)					
28	Здоровый образ жизни и профилактика утомления	Комбинированный	Здоровый образ жизни, гигиена, правильное питание, закаливание, физическая культура	Элементы, формирование здорового образа жизни	
29	Компьютер и его влияние на здоровье	Комбинированный	Компьютерное излучение, утомляемость, компьютерная зависимость, стрессы	Влияние компьютера на здоровье человека(заболевание глаз, суставов, расстройство нервной системы), режим работы на компьютере	
30	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	Комбинированный	Биосфера, загрязнения воздуха, воды, почвы,	Загрязнения окружающей среды человеком, виды загрязнения, заболевания вызванные неблагоприятной окружающей средой	
31	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека	Комбинированный	Условия существования человека: материальные, экономические, социальные, политические и духовные , индивид, социальные группы		

32	Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека	Комбинированный	Психоактивные вещества (ПАВ), наркотики, зависимость	Виды ПАВ , наркотиков, появление зависимости и заболеваний в результате их употребления	
33	Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ	Комбинированный	Целевая федеральная программа против наркотиков, профилактика	меры противодействия злоупотреблению наркотиками, пропаганда и социальная работа против употребления наркотиков	Плакаты "Мы против наркотиков!!!"
34	Итоговая контрольная работа	Контрольно-учетный			