Муниципальное образовательное учреждение

Ивановская средняя общеобразовательная школа

Переславского муниципального района

Ярославской области

утверждена

 приказом директора школы

 №\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 от «\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2016

**Рабочая программа по внеурочной деятельности**

Учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

6 класс

Автор-составитель:

Назарова Татьяна

Александровна

**2016**

**Пояснительная записка**

Данная рабочая программа разработана на основе:

- Комплексной программы курса «Основы безопасности жизнедеятельности» (авторы А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников), 2011 год;
- Федерального компонента государственного образовательного стандарта, утвержденного Приказом Минобразования РФ от 5 марта 2004 года;
- Приказа Министерства образования и науки РФ от 24 декабря 2010 года № 2080 «Об утверждении федеральных перечней учебников, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2016/2017 учебный год»;

- Методического письма «О преподавании «Основ безопасности жизнедеятельности» в общеобразовательных учреждениях Ярославской области в 2016-2017 учебном году».

**Целью программы** является решение следующих задач:

- воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде, к личному здоровью как индивидуальной, так и общественной ценности; к безопасности личности, общества и государства;

- развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера в современных условиях жизнедеятельности; потребности ведения здорового образа жизни; подготовку к выполнению требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;

- освоение знаний: о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; 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;

- овладение умениями: предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения в конкретных опасных ситуациях с учётом реальной обстановки и своих возможностей.

Рабочая программа полностью соответствует комплексной программе (авторы А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников), 2009 год.

 **УМК.** Преподавание учебного курса осуществляется по учебнику А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников «Основы безопасности жизнедеятельности»; «Просвещение», 2009 год.

Программа рассчитана на 34 учебных часов в год.

**Тематический план по курсу «ОБЖ» (6 класс)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №п/п | Наименование разделов и тем | Количество часов |
| Раздел | Тема | Из них практич. занятий |
| **I** | **Основы безопасности личности, общества и государства** | **25** |  |  |
| Раздел 1. | Основы комплексной безопасности | 25 |  |  |
| 1. | Активный отдых на природе и безопасность |  | 5 | 2 |
| 2. | Дальний (внутренний) и выездной туризм и меры безопасности |  | 6 |  |
| 3. | Обеспечение личной безопасности при автономном пребывании человека в природной среде |  | 4 |  |
| 4. | Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде. |  | 4 |  |
| 5. | Опасные ситуации в природных условиях |  | 4 |  |
| **II** | **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни** | **10** |  |  |
| Раздел 5 | Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи | 4 | 4 | 2 |
| 7. | Здоровье человека и факторы на него влияющие  |  | 6 |  |
|  | **ВСЕГО ЧАСОВ:** | **35** | **35** | **4** |

**Поурочное планирование по ОБЖ для 6 класса**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Дата | № урока | Наименование разделов и тем уроков | содержание | Характеристика видов деятельности учащихся | Количество часов |
|  |  | **Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства** | **25** |
|  |  | **Тема 1.** Обеспечение комплексной безопасности  | Объясняют необходимость сохранения окружающей природной среды.Определяют основные особенности для безопасного пребывания человека в природной среде.Характеризуют основные способы ориентирования на местности.Вырабатывают навыки работы с картой.Характеризуют порядок подготовки к выходу на природу.Начинают вести дневник безопасности, в котором описывают различные ситуации, случающиеся с человеком в природных условиях. | **6** |
|  | 1. | Природа и человек | Особенности природной среды. Необходимость сохранения окружающей природной среды. |  |
|  | 2. | Ориентирование на местности. Практическое занятие №1 «Ориентирование на местности» | Понятие ориентирования на местности**.**  Способы определения сторон горизонта в дневное и ночное время. |  |
|  | 3. | Определение своего местонахождения и направления движения на местности | **.**Определение своего местонахождения  с помощью карты. Способы ориентирования карты : по компасу, по линиям местности, по направлениям на местные предметы. Движение по маршрутам по азимуту. |  |
|  | 4. | Подготовка к выходу на природу | **.**Порядок и содержание предварительной подготовки к выходу на природу.  Распределение обязанностей между участниками похода. Требования к определению района похода и к маршруту движения. Режим похода. |  |
|  | 5. | Определение места для бивака и организация бивачных работ | Понятие «бивак». Выбор места для бивака. Организация основных бивачных работ: заготовка топлива, разведение костра, приготовление пищи. |  |
|  | 6. | Определение необходимого снаряжения для похода. Практическое занятие №2 «Укладка туристического рюкзака» | **.**Особенности подбора и подготовки к походу туристского снаряжения в зависимости от условий похода .Одежда туриста, требования к ней. Комплект аптечки первой помощи. |  |
|  |  | **Тема 2.** Обеспечение безопасности при активном отдыхе на природе | **5** |
|  | 7. | Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе. | **.**Общие правила безопасного поведения во время активного отдыха на природе. Необходимость тщательной подготовки к любому выходу на природу. Значение соблюдения правил личной безопасности в походе. | Характеризуют общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.Сравнивают основные меры безопасности при пеших походах на равнинной и горной местности.Объясняют, какие факторы необходимо учитывать при подготовке к лыжному походу.Характеризуют основные особенности подготовке к водному туризму.Объясняют особенности подготовки к велосипедному туризму.Объясняют, какие существуют возрастные ограничения для юных велотуристов. |  |
|  | 8. | Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности. | **.**  Особенности пешеходного туризма. Порядок движения туристов по равнинной и горной местности. Обеспечение безопасности туриста в пешем походе по равнинной и горной местности. |  |
|  | 9. | Подготовка и проведение лыжных походов | Особенности подготовки и проведения лыжных походов. Особенности экипировки и снаряжения  туриста-лыжника. Режим движения лыжника. Обеспечение безопасности туриста-лыжника в походе. |  |
|  | 10. | Водные походы и обеспечение безопасности на воде | Особенности водного туризма. Требования к уровню подготовки туриста-водника. Этапы подготовки к водному походу. Правила безопасного поведения на воде во время похода. |  |
|  | 11. | Велосипедные походы и безопасность туристов | **.** Основные особенности велосипедного туризма и требования, предъявляемые к его участникам. Мероприятия, проводимые при подготовке к велосипедному походу. Обеспечение безопасности, в том числе личной,  участников велосипедного похода. |  |
|  |  | **Тема 3.** Дальний и международный туризм, меры безопасности | **6** |
|  | 12. | Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем (внутреннем) и выездном туризме | Общие представления о дальнем и выездном туризме. Влияние дальних поездок на здоровье человека. Общие правила подготовки к дальнему и выездному туризму. Личная безопасность человека в дальнем и выездном туризме. | Анализируют основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме.Различают факторы, которые способствуют быстрой акклиматизации человека в различных климатических условиях.Характеризуют особенности акклиматизации человека в горах.Анализируют порядок обеспечения личной безопасности при следовании к местам отдыха различными видами транспорта.Составляют план своих действий при возникновении опасных ситуаций, которые могут возникнуть при следовании речным или морским судом.Характеризуют средства безопасности, имеющиеся на борту самолета, и запоминают правила их использования. |  |
|  | 13. | Акклиматизация человека в различных климатических условиях | **.** Акклиматизация- неизбежный процесс, происходящий в организме человека, связанный с приспособлением организма к новым климатическим условиям. Факторы, влияющие на акклиматизацию человека. Особенности акклиматизации к условиям холодного климата, жаркого климата.. |  |
|  | 14. | Акклиматизация человека в горной местности | **.**Особенности  климатических условий в горах. Влияние высоты на организм человека. Горная болезнь. Особенности акклиматизации в горах. |  |
|  | 15. | Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта | . Общие меры по обеспечению безопасности пассажиров при следовании к местам отдыха различными видами транспорта. Правила по обеспечению личной безопасности при поездке к месту отдыха в автомобиле, в железнодорожном транспорте. |  |
|  | 16. | Обеспечение личной безопасности на водном транспорте. | **.**Способы и средства по обеспечению безопасности пассажиров на водном транспорте.  Общие правила безопасного поведения пассажиров на корабле.  Рекомендации по обеспечению личной безопасности пассажира при кораблекрушении. |  |
|  | 17. | Обеспечение личной безопасности на воздушным транспортом | Обеспечение безопасности пассажиров на воздушном транспорте.  Правила поведения пассажира после посадки в самолет. Рекомендации по безопасному поведению пассажира при возникновении аварийной ситуации в полете. |  |
|  |  | **Тема 4.** Обеспечение личной безопасности при автономном существовании человека в природной среде | **4** |
|  | 18. | Автономное существование человека в природе | **.** Понятие об автономном существовании человека в природной среде. Добровольное и вынужденное автономное существование человека в природной среде. Умения и качества человека, необходимые для успешного автономного существования в природе. | Характеризуют виды автономного существования человека в природной среде.Анализируют обстоятельства, при которых человек может попасть в условия вынужденной автономии в природной среде.Объясняют правила и методы по формированию навыков для безопасного существования в природной среде.Формулируют качества, которыми должен обладать человек для успешного выхода из условий вынужденной автономии в природной среде.Дают оценку действиям людей, попавших в экстремальные условия в природной среде. |  |
|  | 19. | Добровольная автономия человека в природной среде | Содержание  добровольной  автономии человека (группы людей) в природной среде, основные цели добровольной автономии. Характерные примеры добровольного существования человека (группы людей) в природной среде. Предварительная всесторонняя подготовка к добровольной автономии, ее значение. |  |
|  | 20. | Вынужденная автономия человека в природной среде | **.**Влияние вынужденной автономии на состояние человека. Задачи, которые приходится решать человеку в условиях вынужденной автономии. Правила безопасного поведения в условиях вынужденной автономии. |  |
|  | 21. | Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании | **.**Умения, которыми должен овладеть человек для безопасного существования в природной среде: сооружение временного укрытия из подручных средств; способы добывания огня; способы обеспечения питьевой водой. |  |
|  |  | **Тема 5.** Опасные ситуации в природных условиях | **4** |
|  | 22. | Опасные погодные явления | **.**Влияние погодных условий на безопасное пребывание человека в природной среде. Характерные признаки ухудшения погоды. Безопасное поведение во время грозы. Безопасное поведение во время пурги. | Характеризуют опасные погодные явления, случающиеся в своем регионе, и анализируют их последствия.Запоминают диких животных и насекомых, обитающих в регионе проживания обучающихся. Объясняют, какую опасность эти животные представляют при встрече с ними.Сравнивают меры профилактики, которые могут понадобиться при встрече с опасными дикими животными и насекомыми.Объясняют меры профилактики клещевого энцефалита. |  |
|  | 23. | Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях | **.**Опасности, возникающие при неожиданной встрече с дикими животными в природной среде. Рекомендации специалистов по безопасному поведению в природных условиях при встрече с дикими животными. Меры безопасности при встрече со змеей. |  |
|  | 24. | Укусы насекомых и защита от них.  | Кровососущие насекомые и средства защиты от них. Жалящие насекомые и защита от них. Лесные клещи, места их обитания, опасность их укуса. |  |
|  | 25. | Клещевой энцефалит и его профилактика. | Опасность для здоровья человека в случае заражения клещевым энцефалитом. Пути заражения клещевым энцефалитом. Меры профилактики клещевого энцефалита. |  |
|  |  | **Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни** | **10** |
|  |  | **Тема 6.** Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи | **4** |
|  | 26. | Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях | Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях. Основные правила личной гигиены, которые необходимо соблюдать в походной жизни. Умение оказать первую помощь (самопомощь и взаимопомощь) и обеспечить безопасность туриста. Индивидуальная аптечка, ее  предназначение и содержание. | Характеризуют основные правила личной гигиены, которые необходимо соблюдать в походной жизни.Вырабатывают навыки в оказании первой помощи в походе: при травмах, при тепловом и солнечном ударе, при отморожении и ожоге.Сравнивают порядок по оказанию первой помощи при укусах змей и насекомых. |  |
|  | 27. | Оказание первой помощи при травмах | Оказание первой помощи при ссадинах и потертостях. Оказание первой помощи при ушибах и вывихах. Оказание первой помощи при растяжениях и разрывах связок. |  |
|  | 28. | Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге. Пр.занятие №3 по теме урока | **.**Причины, способствующие возникновению в походных условиях теплового и солнечного ударов, отморожения и  термического ожога. Внешние проявления и состояния человека при возникновении условиях теплового и солнечного ударов, отморожения и  термического ожога.Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и  термическом ожоге. |  |
|  | 29. | Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых. Пр.занятие №4 по теме урока | Рекомендации по правилам оказания первой помощи при укусах змей и насекомых. Последовательность и правила оказания первой помощи при укусах змей и насекомых. |  |
|  |  | **Тема 4.** Основы здорового образа жизни. | **6** |
|  | 30. | Здоровый образ жизни и профилактика утомления | Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека. Утомление, его причины и возможные последствия. Профилактика утомления. | Объясняют положение о том, что здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека.Характеризуют влияние основных неблагоприятных факторов окружающей среды на здоровье человека.Характеризуют пагубное влияние на здоровье человека употребления наркотиков.Вырабатывают отрицательное отношение к приему наркотиков.Находят в сети Интернет и в средствах массовой информации, в книгах примеры заболевания наркоманией подростков и анализируют их. |  |
|  | 31. | Компьютер и его влияние на здоровье | **.** Роль компьютера в жизни современного человека. Влияние работы за компьютером на здоровье человека. Безопасный режим работы школьника за компьютером. |  |
|  | 32. | Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека | Зависимость здоровья человека от состояния окружающей среды. Влияние производственной деятельности человека на загрязнение окружающей природной среды. Пути повышения устойчивости организма человека к неблагоприятному воздействию на него внешней среды. |  |
|  | 33. | Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека | Социальная среда и здоровье человека. |  |
|  | 34 | Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека. | Психоактивные вещества и наркотики. Наркомания и механизм формирования наркотической зависимости. Основные причины распространения наркомании. |  |
|  | 35 | Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ | Наркомания и ее распространение. Первая проба наркотиков – начало развития наркомании. Четыре правила «Нет наркотикам!» |  |
|  |  | **ВСЕГО:** |  |  | **35** |
|  |  | **Практических занятий:** |  |  | **4** |

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик должен

 **Знать:**

- основные составляющие здорового образа жизни, обеспечивающие духовное, физическое и социальное благополучие;

- потенциальные опасности природного, их возможные последствия и правила личной безопасности;

- меры безопасности при активном отдыхе в природных условиях;

- организацию защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного характера в Российской Федерации;

- рекомендации специалистов в области безопасности жизнедеятельности по правилам безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- приёмы и правила оказания первой медицинской помощи;

 **Уметь**:

- доступно объяснить значение здорового образа жизни для обеспечения личной безопасности и здоровья;

- предвидеть опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решения и действовать, обеспечивая личную безопасность;

- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;

**Использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- ведения здорового образа жизни;

- действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;

- подготовки к участию в различных видах активного отдыха в природных условиях (походы выходного дня, ближний, дальний и международный туризм);

- оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных опасных или бытовых ситуациях.

 **ЛИТЕРАТУРА**

1. Учебник А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников «Основы безопасности жизнедеятельности» 6 класс, «Просвещение», 201 год.
2. А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников «Основы безопасности жизнедеятельности», (поурочные разработки 5-9 класс), «Просвещение», 2008 год.
3. Секреты преподавания по ОБЖ (автор-составитель Л.А.Тетушкина), Волгоград, 2009 год.
4. Р.А.Дурнев, А.Т.Смирнов «Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности учащихся 5-11 (методическое пособие), «Дрофа», 2008 год.
5. Латчук В.Н., Марков В.В. Дидактические материалы по ОБЖ 5-9 классы, «Дрофа», 2000 год.