

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Кваркенская средняя общеобразовательная школа»

Рассмотрено на заседании ШМО

Согласовано

Утверждаю

протокол № 1 от
Рук. ШМО: / /

Зам. директора по УВР:
/В.И. Колотушкина/

Приказ № от 05.09.2013 г.
Директор школы: /О.В. Фомина/

**Рабочая программа по
основам безопасности жизнедеятельности**

Класс – 6

Уровень - базовый

Учитель – Яруллин Ильдар Радикович

с. Кваркено

2013 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе обязательного минимума содержания образования, программы по курсу ОБЖ для 6 класса.

Программа рассчитана на изучение курса «Основ безопасности жизнедеятельности» в 6 классе в течение 34 часов учебного времени в год. Минимальное количество учебных часов в неделю – 1 час.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 6-ом классе направлено на достижение следующих целей:

- приобретение учащимися теоретических и практических навыков;
- психологическая подготовка при возникновении опасных ситуаций в автономных условиях существования;
- умения правильно действовать в условиях активного отдыха на природе.

Изучение данного курса предполагает получение учащимися углубленных знаний по обеспечению личной безопасности во время активного отдыха на природе, общения с естественной природной средой.

Данный курс поможет овладеть навыками ориентирования на местности, определения своего местонахождения и движения по маршруту в заданном направлении.

Структурно программа курса ОБЖ состоит из 3-х содержательных линий:

- безопасность и защита человека в среде обитания;
- государственная система защиты и обеспечения безопасности населения;
- основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Планируемые результаты:

1. Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата).
2. Использование элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа.
3. Участие в практической деятельности, проведении спортивно-тренировочных мероприятий, приобщение к поисковой и творческой деятельности.
4. Поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа.
5. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.
6. Воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде; к личному здоровью, как индивидуальной, так и общественной ценности; к безопасности личности, общества и государства.
7. Овладение умениями: предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и план своих действий в конкретной опасной ситуации, с учетом реальной обстановки и своих возможностей.
8. Развитие личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; потребность соблюдать нормы здорового образа жизни.

Тематическое планирование уроков ОБЖ (VI класс)

№ п/п	Наименование раздела, темы	Количество часов			
		Всего	Теоретич.	Практич.	Контр. работы
1	Вводный урок. Инструктаж по ТБ. Противопожарная безопасность. Правила поведения во время террористического акта.	1	1		
	Р-1. Безопасность и защита человека в среде обитания.	14			
	<i>Тема 1. Правила безопасного поведения в природной среде.</i>	2			
2	Опасные и экстремальные ситуации.	1	1		
3	Вынужденное автономное существование.	1	1		
	<i>Психологические основы выживания в опасных и чрезвычайных ситуациях в природной среде.</i>	2			
4	Выживание.	1	1		
5	Последовательность действий в экстремальной ситуации.	1	1		
	<i>Смена климатогеографических условий.</i>	1			
6	Акклиматизация.	1	1		
	<i>Правила безопасного поведения при вынужденном автономном существовании в природных условиях.</i>	9			
7	Понятие об ориентировании.	1	1		
8	Движение по азимуту.	1	1		
9	Контрольная работа	1			1
10	Как находить дорогу к жилью.	1	1		
11	Устройство временных укрытий.	1	1		
12	Правила и способы добывания огня.	1	1		
13	Обеспечение водой.	1	1		
14	Обеспечение пищей.	1	1		
15	Сигналы бедствия.	1	1		
16	Возможные опасности в пути. Личная гигиена, уход за одеждой и обувью.	1	1		

17	Контрольная работа	1			1
	Р-2. Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения.	3			
	<i>Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.</i>	3			
18	Индивидуальные средства защиты.	1	1		
19	Коллективные средства защиты.	1	1		
20	Медицинские средства защиты.	1	1		
	Р-3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	11			
	<i>Средства оказания медицинской помощи.</i>	1			
21	Аптечка первой медицинской помощи. Природные лекарства.	1	1		
	<i>Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях.</i>	3			
22-23	Понятие о закрытых повреждениях. ПМП.	2	1		
24	Иммобилизация.	1	1		
25	Отработка навыков по оказанию первой доврачебной медицинской помощи.	1		1	
26	Контрольная работа	1			1
	<i>Первая медицинская помощь при острых состояниях.</i>	4			
27	Первая медицинская помощь при укусах змей и насекомых.	1	1		
28	Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударах, солнечном ожоге.	1	1		
29	Понятие об обморожении и переохлаждении.	1	1		
30	Первая доврачебная медицинская помощь при утоплении.	1		1	
	<i>Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни.</i>	2			
31	Здоровье. Составляющие. Виды.	1	1		
32	Репродуктивное здоровье.	1	1		
	<i>Факторы, укрепляющие здоровье человека.</i>	1			
33	Рациональное питание.	1	1		
34	Итоговая контрольная работа	1			1
35	Итоговый урок	1	1		
Итого		35	29	2	4

Календарно-тематический план уроков ОБЖ (VI класс)

№ п/ п	Дата проведения		Тип урока	Наименование раздела и темы урока	Кол-во часов	Целевая установка	Элементы содержания	Домашнее задание
	План.	Факт.						
1	2		3	4	5	6	7	8
1	сентябрь			Вводный урок. Инструктаж по ТБ. Противопожарная безопасность. Правила поведения во время террористического акта.	1	Познакомить учащихся с правилами поведения на случай пожара в школе и правилами поведения во время террористического акта.	Нормативно-правовая база школы по противопожарной безопасности; понятие терроризм. Правила поведения.	
				Р-1. Безопасность и защита человека в среде обитания.	14			
				<i>Правила безопасного поведения в природной среде.</i>	2			
2	сентябрь		ИНМ	Опасные и экстремальные ситуации.	1	Ознакомить учащихся с опасными и экстремальными ситуациями в природе	Понятие опасной и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе и их причины.	

3	сентябрь		ИНМ	Вынужденное автономное существование.	1	Познакомить с понятиями «автономное существование», «выживание», их видами, опасностями при автономном существовании человека в природе.	Понятие о вынужденном автономном существовании. Возможные причины попадания человека в условия вынужденного автономного существования в природных условиях (авария транспортного средства в малонаселенной местности; заблудились в лесу (горах, степи); отстали от группы в турпоходе и др.).	
				<i>Психологические основы выживания в опасных и чрезвычайных ситуациях в природной среде.</i>	2			
4	сентябрь		ИНМ	Выживание.	1	Рассмотреть на уроке основы выживания.	Психологические основы выживания в природных условиях. Психическое состояние человека при автономном выживании в природных условиях.	
5	сентябрь		Комбин.	Последовательность действий в экстремальной ситуации.	1	Сформировать умения правильно действовать в экстремальной ситуации.	Понятие о факторах и стрессорах выживания в природных условиях; их влияние на организм человека. Способы преодоления стрессоров выживания. Преодоление страха и стрессового состояния. Ощущение и восприятие.	

				<i>Смена климатогеографических условий.</i>	<i>1</i>			
6	октябрь		ИНМ	Акклиматизация.	1	Сформировать у учащихся представление об акклиматизации как о неизбежном процессе, происходящем в организме человека и связанном с приспособлением организма к новым климатическим условиям.	Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Акклиматизация, общие понятия и определения. Смена часовых поясов. Смена климата. Акклиматизация в условиях жаркого климата, горной местности, Севера. Требования к здоровью человека, которые необходимо учитывать при планировании смены климатогеографических условий.	
				<i>Правила безопасного поведения при вынужденном автономном существовании в природных условиях.</i>	<i>9</i>			
7	октябрь		Комбин.	Понятие об ориентировании.	1	Обучить учащихся различным способам ориентирования на местности.	Способы ориентирования на местности. Ориентирование по компасу, по собственной тени, по звездам, по часам, по местным предметам и приметам.	

8	октябрь		ИНМ	Движение по азимуту.	1	Научить учащихся передвигаться по азимутам.	Движение по азимуту. Способы переправы через реку и преодоления болот. Особенности определения направления выхода в зимнее время.	
9	октябрь		Рефлекс.	Контрольная работа	1	Проверить знания обучающихся по изученным темам.		
10	ноябрь		ИНМ	Как находить дорогу к жилию.	1	Научить учащихся правильно подготавливаться к проведению туристического похода, безопасному поведению при движении по маршруту и в условиях вынужденного автономного существования.	Правила определения направления выхода. Потеря ориентировки как наиболее частая экстремальная ситуация в природе. Определение направлений выхода в ситуации, когда человек заблудился. Определение направления выхода в случае отставания от группы. Сохранение направления движения.	
11	ноябрь		Комбин.	Устройство временных укрытий.	1	Ознакомить учащихся с типами временного укрытия и последовательностью их строительства.	Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища. Виды и способы сооружения временного жилища в летнее и зимнее время. Особенности укрытий в горах.	

12	ноябрь		Комбин.	Правила и способы добывания огня.	1	Сформировать у учащихся умения добывать различными способами огонь.	Выбор места и правила разведения костра. Особенности разведения костра в ненастную погоду и в зимнее время. Соблюдение мер пожарной безопасности. Виды костров и их назначение.	
13	ноябрь		Комбин.	Обеспечение водой.	1	Сформировать представления учащихся о различных способах добывания и обеззараживания воды в природных условиях.	Обеспечение питанием из резервов природы. Обеспечение водой из водоемов, снега, льда. Способы добывания воды, ее очистка и обеззараживание в условиях вынужденного автономного существования. Кипячение воды и приготовление растительной пищи при отсутствии посуды.	
14	декабрь		Комбин.	Обеспечение пищей.	1	Рассмотреть на уроке приемы обеспечения питанием в условиях автономного существования.	Съедобные растения, насекомые, животные. Правила поиска и сбора растительной пищи. Меры безопасности при употреблении животной и растительной пищи. Способы приготовления на костре рыбы и мелких животных.	

15	декабрь		Комбин. сам. раб.	Сигналы бедствия.	1	Ознакомить со способами подачи сигналов бедствия в ситуациях вынужденной автономии.	Сигналы бедствия в условиях вынужденного автономного существования. Способы подачи сигналов бедствия. Специальные знаки международной кодовой таблицы символов. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств.	
16	декабрь		Комбин.	Возможные опасности в пути. Личная гигиена, уход за одеждой и обувью.	1	Рассмотреть на уроке правила сохранения здоровья в экстремальных условиях.	Основные правила сохранения здоровья	
17	декабрь		Рефлекс.	Контрольная работа	1	Проверить знания обучающихся по изученным темам.		
				Р-2. Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения.	3			
				<i>Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.</i>	<i>3</i>			

18	январь		Комбин.	Индивидуальные средства защиты.	1	Познакомить учащихся с назначением и принципам действия фильтрующих гражданских противогазов (ГП-7) и детских противогазов (ПДФ-2Ш) и ОЗК, объяснить правила пользования противогазами и ОЗК.	Средства защиты органов дыхания и кожи. Как пользоваться поврежденным противогазом. Замена поврежденного противогаза в условиях зараженного воздуха.	
19	январь		ИНМ	Коллективные средства защиты.	1	Познакомить с основными мероприятиями по инженерной защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	Виды убежищ. Устройство убежища. Порядок заполнения убежища. Правила поведения в убежище. Чего нельзя делать при нахождении в убежище.	
20	январь		Комбин.	Медицинские средства защиты.	1	Объяснить предназначение АИ-2.	Аптечки индивидуальная АИ-2, ее назначение. Правила использования	
				Р-3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	11			
				<i>Средства оказания медицинской помощи.</i>	<i>1</i>			
21	февраль		Комбин. сам. раб.	Аптечка первой медицинской помощи. Природные лекарства.	1	Научить комплектовать походную аптечку.	Комплектование походной аптечки лекарственными средствами и средствами оказания медицинской помощи. Использование лекарственных растений для оказания первой медицинской помощи.	

				<i>Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях.</i>	3			
22-23	февраль		ИНМ	Понятие о закрытых повреждениях. ПМП.	2	Сформировать знания, умения по оказанию первой медицинской помощи при закрытых повреждениях: ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах.	Признаки закрытых повреждений: ушибы, растяжения, разрывы связок и мышц, вывихи, переломы, сдавливания. Первая медицинская помощь при закрытых повреждениях: ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц, вывихах, переломах, сдавливаниях. Профилактика закрытых повреждений.	
24	февраль		Комбин.	Иммобилизация.	1	Рассмотреть основные принципы транспортной иммобилизации и о ПМП при переломах костей верхних и нижних конечностей.	Способы иммобилизации при повреждениях	
25	март		Урок примен. ЗУН	Отработка навыков по оказанию первой доврачебной медицинской помощи.	1	Закрепить знания по оказанию ПМП при переломах конечностей.		
26	март		Рефлекс	Контрольная работа	1	Проверить знания обучающихся по изученным темам.		
				<i>Первая медицинская помощь при острых состояниях.</i>	4			

27	март		Комбин.	Первая медицинская помощь при укусах змей и насекомых.	1	Сформулировать представление о том, что нужно делать, чтоб обезопасить себя от укусов змей и насекомых.	Признаки укуса змеи. Оказание первой медицинской помощи пострадавшему, укушенному змеей. Признаки укуса насекомых. Оказание первой медицинской помощи при укусах насекомых. Признаки укуса клеща. Оказание первой медицинской помощи при укусе клеща. Клещевой энцефалит. Как уберечься от энцефалита.	
28	апрель		Комбин.	Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударах, солнечном ожоге.	1	Рассмотреть понятия тепловой и солнечный удар; оказание ПМП.	Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударе. Признаки солнечного ожога. Оказание первой медицинской помощи при солнечном ожоге.	
29	апрель		Комбин.	Понятие об обморожении и переохлаждении.	1	Научить оказывать первую помощь при обморожении и переохлаждении.	Степени обморожения и их признаки. Оказание первой медицинской помощи при обморожениях. Оказание первой медицинской помощи при переохлаждении.	
30	апрель		Урок примен. ЗУН.	Первая доврачебная медицинская помощь при утоплении.	1	Научить правилам проведения реанимации пострадавших.	Признаки утопления. Оказание первой медицинской помощи при утоплении.	

				<i>Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни.</i>	2			
31	май		ИНМ	Здоровье. Составляющие. Виды.	1	Рассмотреть на уроке понятие здоровье, его составляющие и виды.	Основные понятия здоровья	
32	май		ИНМ	Репродуктивное здоровье.	1	Познакомиться с общей характеристикой репродуктивного здоровья человека и общества в целом, с основными критериями, определяющими репродуктивное здоровье человека и общества	Развитие и изменение организма подростков	
				<i>Факторы, укрепляющие здоровье человека.</i>	1			
33	май		ИНМ	Рациональное питание.	1	Ознакомить учащихся с основными составляющими ЗОЖ и дать понятие рационального питания.	Рациональное питание в жизнедеятельности человека. Понятие о рациональном питании. Обмен веществ и энергии как основная функция организма человека. Значение органических (белков, жиров и углеводов) и неорганических (витаминов, минеральных веществ и воды) веществ в питании человека.	
34	май		Рефлекс.	Итоговая контрольная работа	1	Проверить знания обучающихся по изученным темам за весь год.		

35	май		Рефл.	Итоговый урок	1	Подведение итогов за год.		
				Всего часов	35			

Учебно-методический комплекс

1. Бардин К.В. Азбука туризма. — М.: Просвещение, 1981.
2. Волович В.Г. С природой один на один. — М.: Военное издательство, 1989.
3. Вульф Л. Жив и здоров: полное руководство по оказанию первой помощи детям и подросткам и проведению неотложного лечения. — М.: Русская книга, 1994.
4. Дубягин Ю.П. Как не пропасть без вести. — СПб.: Питер-Пресс, 1996.
5. Кудряшов Б.Г. Энциклопедия выживания. Один на один с природой. — Краснодар. Советская Кубань, 1996.
6. Нурмиаа В. Спортивное ориентирование. — М., 1997.
7. Обручев С.В. Справочник путешественника и краеведа. — М.: Государственное издательство географической литературы, 1949.
8. Огородников Б.Ф. С компасом и картой по ступеням ГТО. — М.: Физкультура и спорт, 1973.
9. Правила организации и проведения туристских соревнований учащихся Российской Федерации. — М., 1995.
10. Самодельное туристское снаряжение / Сост. П. И. Лукоя-нов. — М., 1986.
11. Сафронов В. А. Подготовка, проведение и судейство районных туристских соревнований школьников. — М., 1986.
12. Туризм и спортивное ориентирование: Учебник для институтов и техникумов физической культуры / Сост. В. И. Ганопольский. — М., 1987.
13. Уховский Ф. С. Уроки ориентирования. — М., 1996.
14. Шибаев А. В. В горах. Программированные задания. — М., 1997.
15. Шибаев А. В. Переправа. Программированные задания. — М., 1996.
16. Шибаев А. В. Умеете ли вы ориентироваться в пространстве и времени? Умеете ли вы предсказывать погоду? Программированные задания. — М., 1996.
17. Штюрмер Ю. А. Профилактика туристского травматизма. — М., 1992.
18. Энциклопедия туриста. — М., 1993.
19. Я познаю мир: Детская энциклопедия: Медицина / Сост. Н.Ю. Буянова. Под общ. ред. О.Г. Хинн. — М.: ТКО «АСТ», 1996.
20. Я познаю мир: Детская энциклопедия: Растения / Сост. Л.А. Багрова. Под общ. ред. О.Г. Хинн. — М.: ООО «Фирма «Издательство АСТ», 1999.
21. Я познаю мир: Детская энциклопедия: Великие путешественники / Авт. — сост. В.А. Маркин. — М.: ООО «Фирма «Издательство АСТ», ООО «Астрель», 1999.