

Согласовано:  
Зам. директора по УВР  
СОШ  
Толстышева Т.Ю. \_\_\_\_\_  
«02» сентября 2024 г.

«Утверждаю»  
Директор МБОУ Мойганская  
\_\_\_\_\_ Пятков А.А.  
«02» сентября 2024 г.

## Рабочая программа

Спецкурс «Введение в основы безопасности жизнедеятельности»

в 6 (общеобразовательном) классе

на 2024 - 2025 учебный год

количество часов в неделю –1

Составил: учитель ОБЗР Куксевич В.В.

Составлена в соответствии с программой (название программы с указанием автора и сборника, год издания)

Учебник: *А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников*

*Основы безопасности жизнедеятельности 5 класс:*

*Учебник для общеобразовательных учреждений – М. Просвещение, 2015 – 2019г.*

Рассмотрено на заседании методического объединения, протокол № 1 от «02» сентября 2024 г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Цели и задачи программы обучения:

#### **Задачи:**

1. Формирование у обучающихся научных представлений о принципах и путях снижения фактора риска в деятельности человека и общества;
2. Выработка умений предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и адекватно противодействовать им;
3. Формирование у обучающихся модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни, в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, а также развитие способностей оценивать опасные ситуации, принимать решения и действовать безопасно с учетом своих возможностей.

#### **Цели:**

1. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера; их влиянии на безопасность личности, общества и государства; о здоровье человека и здоровом образе жизни (ЗОЖ), об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях.
2. Развитие личных, духовных и физических качеств, обеспечивающих безопасное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. Воспитание ценностного отношения к человеческой жизни, личному и общественному здоровью.
3. Развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в ЧС; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении ЗОЖ.
4. Овладение умениями оценивать возникающие ситуации, опасные для жизни и здоровья; умело действовать в ЧС; оказывать ПМП пострадавшим.
5. Развивать умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников.

Программа предусматривает формирование у обучающихся обще учебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

### Раздел I. Основы комплексной безопасности

#### Тема 1. Подготовка к активному отдыху на природе.

Природа и человек. Общение с живой природой – естественная потребность человека для развития своих духовных и физических качеств. Виды активного отдыха на природе и необходимость подготовки к нему.

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

Подготовка к выходу на природу. Порядок движения на маршруте. Порядок определения места для бивака. Особенности разведения костра и приготовления пищи. Определение необходимого снаряжения для похода.

### Тема 2. Активный отдых на природе и безопасность.

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.

Подготовка снаряжения и обеспечение безопасности в пеших и горных походах. Порядок движения походной группы. Режим и распорядок дня похода. Преодоление лесных зарослей и завалов, водных препятствий, движение по склонам.

Подготовка снаряжения и обеспечение безопасности в лыжном походе. Организация движения и ночлегов.

Подготовка снаряжения к водному походу и обеспечение безопасности на воде.

Подготовка снаряжения и обеспечение безопасности при велосипедном походе.

### Тема 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: к холодному климату, к жаркому климату, в горной местности. Общие правила безопасности в дальнем и выездном туризме.

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

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

### Тема 4. Обеспечение безопасности при автономном пребывании 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 пищей и водой. Подача сигналов бедствия.

### Тема 5. Опасные ситуации в природных условиях.

Опасные погодные условия и способы защиты от них.

Меры личной безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Укусы насекомых и защита от них. Способы профилактики клещевого энцефалита.

## **Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

### Тема 6. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях.

Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи в природных условиях. Состав походной аптечки. Лекарственные растения и их использование.

Правила оказания ПМП при ссадинах и потертостях, ушибах, вывихах и растяжениях связок.

Правила оказания ПМП при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге.

Правила оказания ПМП при укусах ядовитых змей и насекомых.

### Тема 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие.

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

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

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока	Номер раздела,	Тема урока	Кол-во часов на тему
	<b>Р - I</b>	<b>Основы комплексной безопасности</b>	<b>25</b>
	<b>Тема 1</b>	<b><i>Подготовка к активному отдыху на природе</i></b>	<b>6</b>
1.	1.1	Природа и человек	1
2.	1.2	Ориентирование на местности	1
3.	1.3	Определение своего местонахождения и направления движения на	1
4.	1.4	Подготовка к выходу на природу	1
5.	1.5	Определение необходимого снаряжения для похода	1
6.	1.6	Определение места для бивака и организация бивачных работ.	1
	<b>Тема 2</b>	<b><i>Активный отдых на природе и безопасность</i></b>	<b>5</b>
7.	2.1	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе	1
8.	2.2	Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной	1
9.	2.3	Подготовка и проведения лыжных походов	1
10.	2.4	Водные походы и обеспечение безопасности на воде	1
11.	2.5	Велосипедные походы и безопасность туристов	1
	<b>Тема 3</b>	<b><i>Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности</i></b>	<b>6</b>
12.	3.1	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме	1
13.	3.2	Акклиматизация человека в различных климатических условиях	1
14.	3.3	Акклиматизация в горной местности	1
15.	3.4	Обеспечение личной безопасности при следовании наземными видами	1
16.	3.5	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте	1
17.	3.6	Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте	
	<b>Тема 4</b>	<b><i>Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде</i></b>	<b>4</b>
18.	4.1	Автономное существование человека в природе	1
19.	4.2	Добровольная автономия человека в природной среде	1
20.	4.3	Вынужденная автономия человека в природной среде	1
21.	4.4	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании	1
	<b>Тема 5</b>	<b><i>Опасные ситуации в природных условиях</i></b>	<b>4</b>
22.	5.1	Опасные погодные явления	1
23.	5.2	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными	1
24.	5.3	Укусы насекомых и защита от них	1
25.	5.4	Клещевой энцефалит и его профилактика	1
	<b>М - II</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</b>	<b>10</b>
	<b>Р- IV</b>	<b>Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской</b>	<b>4</b>
	<b>Тема 6</b>	<b><i>Первая медицинская помощь при неотложных состояниях</i></b>	<b>4</b>
26.	6.1	Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных	1
27.	6.2	Оказание первой медицинской помощи при травмах	1

28.	6.3	Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге	1
29.	6.4	Оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых	1
	<b>Р- III</b>	<b>Основы здорового образа жизни</b>	<b>6</b>
	<i>Тема 7</i>	<i>Здоровье человека и факторы, на него влияющие</i>	<i>5</i>
30.	7.1	Здоровый образ жизни и профилактика утомлений	1
31.	7.2	Компьютер и его влияние на здоровье	1
32.	7.3	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	1
33.	7.4	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека	1
34.	7.5	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье	1
		<b><i>Всего часов:</i></b>	<b><i>34</i></b>

