

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Самарской области

Кинельское управление министерства образования

Самарской области

ГБОУ ООШ пос. Угорье

РАССМОТРЕНО
Председатель МО

И.М.Колесникова
Протокол № 1
от «29» августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
ответственная за УВР

Е.П.Маркина
Протокол № 1
от «30» августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО
директор

А.Н.Панарина
Приказ № 124-од
от «30» августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

курса внеурочной деятельности

«Основы безопасности жизнедеятельности»

для обучающихся 5-6 классов

Пос.Угорье 2024г

1. Пояснительная записка.

В настоящее время возрастает роль и ответственность системы образования в деле подготовки населения в области безопасности жизнедеятельности и выработки у граждан Российской Федерации привычек здорового образа жизни. Только через образование можно обеспечить повышение уровня культуры всего населения страны в области безопасности жизнедеятельности и добиться снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства.

Изучение тематики данной учебной программы направлено на решение следующих целей:

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

Изучение тематики данной учебной программы направлено на достижение следующих задач:

- усвоение знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях;
о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства;
- о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций;
- об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях;
- о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- развитие личных, духовных и физических качеств, обеспечивающих безопасное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- развитие умений предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе

Принципы отбора и структурирования содержания материала

Года обучения	Кол-во часов в неделю	Кол-во учебных недель	Всего часов за учебный год
5 класс	1	34	34
6 класс	1	34	34

Содержание

Основы безопасности личности, общества и государства

Основы комплексной безопасности

Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой, предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др. Безопасность на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. *Средства индивидуальной защиты велосипедиста.* Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Средства индивидуальной защиты. Водоемы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. Правила безопасности в туристических походах *и поездках.* Правила поведения в автономных условиях. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них. Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера (квартира, улица, подъезд, лифт, карманная кража, мошенничество, *самозащита покупателя*). Элементарные способы самозащиты. *Информационная безопасность подростка.*

Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины, ураганы, бури, смерчи, сильный дождь (ливень), крупный град, гроза, сильный снегопад, сильный гололед, метели, снежные заносы, наводнения, половодье, сели, цунами, лесные, торфяные и степные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной защиты. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них (аварии на радиационно-опасных, химически опасных, пожароопасных и взрывоопасных, объектах экономики, транспорте, гидротехнических сооружениях). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной и коллективной защиты. Правила пользования ими. Действия по сигналу «Внимание всем!». Эвакуация населения и правила поведения при эвакуации.

Основы противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации

Терроризм, экстремизм, наркотизм - сущность и угрозы безопасности личности и общества. *Пути и средства вовлечения подростка в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность. Ответственность несовершеннолетних за правонарушения.* Личная безопасность при террористических актах и при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников. Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Основы здорового образа жизни

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена). Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и их факторов. *Семья в современном обществе. Права и обязанности супругов. Защита прав ребенка.*

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей. Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах. Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении. *Основные неинфекционные и инфекционные заболевания, их профилактика.* Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе. Первая помощь при укусе насекомых и змей. *Первая помощь при остановке сердечной деятельности. Первая помощь при коме. Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.*

Тематическое планирование

5 класс

<i>№ п/п</i>	<i>Наименование разделов и тем</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Количество часов</i>	
			<i>теоретические</i>	<i>практические</i>
	Раздел 1.Безопасность и защита человека в опасных ситуациях.	16		
1	Тема 1. Человек ,среда его обитания,безопасность человека.	5	4	1
2	Тема 2. Опасные ситуациитехногенного характера.	6	6	
3	Тема 3. Опасные ситуации природного характера.	2	2	
4	Тема 4.Опасные ситуации социального характера	3	2	1
5	Раздел 2.Чрезвычайные ситуации.	5		
6	Тема 5.Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	5	4	1
	Раздел 3. Основы здорового образа жизни	7		
7	Тема 6.Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни	7	3	4

8	Раздел 4. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	6		
9	Тема 7 Первая медицинская помощь и правила ее оказания	6	3	3
	Итого:	34	24	10

**Тематическое планирование
6 класс**

<i>№ п/п</i>	<i>Наименование разделов и тем</i>	<i>Всего часов</i>	<i>Количество часов</i>	
			<i>теоретические</i>	<i>практические</i>
	Раздел I. Основы комплексной безопасности	25		
1	Тема 1. Подготовка к активному отдыху на природе	6	4	2
2	Тема 2. Активный отдых на природе и безопасность	5	3	2
3	Тема 3. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности	6	3	3
4	Тема 4. Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде	4	3	1
5	Тема 5. Опасные ситуации в природных условиях	4	2	2
	Раздел II. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.	4		
6	Тема 6. Первая помощь при неотложных состояниях	4	2	2
	Раздел III. Основы образ жизни	5		
	Тема 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие	5	2	2
7	Тема 8. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	4	1	3
	Итого:	34	26	8

Поурочное планирование
«Основы безопасности жизнедеятельности»

5 класс

№ п/п	Содержание материала	Кол-во часов
Раздел 1.Безопасность и защита человека в опасных ситуациях.(16ч)		
Человек ,среда его обитания,безопасность человека.(5ч)		
1	Город как среда обитания.	1
2	Жилище человека,особенности жизнеобеспечения жилища.	1
3	Особенности природных условий в городе.	1
4	Взаимоотношения людей,проживающих в городе,и безопасность	1
5	Основы безопасности жизнедеятельности человека	1
Опасные ситуации техногенного характера (6ч)		
6	Дорожное движение,безопасность участников дорожного движения	1
7	Пешеход,безопасность пешехода	1
8	Пассажир,безопасность пассажира	1
9	Водитель	1
10	Пожарная безопасность	1
11	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	1
Опасные ситуации природного характера(2)		
12	Погодные условия и безопасность человека	1

13	Безопасность на водоемах	1
Опасные ситуации социального характера(3ч)		
14	Криминогенные ситуации и личная безопасность	1
15	Обеспечение личной безопасности дома	1
16	Обеспечение личной безопасности на улице	1
Раздел II.Чрезвычайные ситуации(5ч)		
Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера(5ч)		
17	Чрезвычайные ситуации природного характера	1
18	Чрезвычайные ситуации природного характера	1
19	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	1
20	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	1
21	Общие правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера	1
Раздел III.Основы здорового образа жизни(7ч)		
Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни(7ч)		
22	О здоровом образе жизни	1
23	Двигательная активность и закаливание	1
24	Рациональное питание	1
25	Рациональное питание	1
26	Вредные привычки	1
27	Вредные привычки	1

28	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек	1
Раздел IV. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи(6ч)		
Первая медицинская помощь и правила ее оказания(6ч)		
29	Первая медицинская помощь при различных видах повреждений	1
30	Первая медицинская помощь при различных видах повреждений	1
31	Оказание первой медицинской помощи при ушибах	1
32	Оказание первой медицинской помощи при ушибах	1
33	Первая медицинская помощь при отравлениях	1
34	Первая медицинская помощь при отравлениях	1

Поурочное планирование
«Основы безопасности жизнедеятельности»
6 класс

№ п/п	Тема урока	Количество часов
Раздел 1 Безопасность человека в природных условиях(25ч) Подготовка к активному отдыху на природе(6ч)		
1	Природа и человек	1
2	Ориентирование на местности	1
3	Определение своего местонахождения и направления движения на местности	1
4	Подготовка к походу на природу	1
5	Определение места для бивака и организация бивочных работ	1
6	Определение необходимого снаряжения для похода	1
Активный отдых на природе и безопасность(5ч)		
7	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе	1
8	Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности	1
9	Подготовка и проведение лыжных походов	1

10	Водные походы и обеспечение безопасности на воде	1
11	Велосипедные походы и безопасность туристов	1
Дальний(внутренний) и выездной туризм.Меры безопасности.(6ч)		
12	Основные факторы,оказывающие влияние на безопасность человека в дальном и выездном туризме	1
13	Акклиматизация человека в различных климатических условиях	1
14	Акклиматизация в горной местности	1
15	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта	1
16	Обеспечении личной безопасности на водном транспорте	1
17	Обеспечении личной безопасности на воздушном транспорте	1
Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде (4ч)		
18	Автономное существование человека в природе	1
19	Добровольная автономия человека в природной среде	1
20	Вынужденная автономия человека в природной среде	1
21	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании	1

Опасные ситуации в природных условиях(4ч)		
22	Опасные погодные явления	1
23	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях	1
24	Укусы насекомых и защита от них	1
25	Клещевой энцефалит и его профилактика	1
Раздел II Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи(9ч)		
Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи(4ч)		
26	Личная гигиена и оказание первой мед.помощи в природных условиях	1
27	Оказание первой мед.помощи при травмах	1
28	Оказание первой мед. помощи при тепловом и солнечном ударе	1
29	Оказание первой мед помощи при укусах змей и насекомых	1
Здоровье человека и факторы,на него влияющие		
30	Здоровый образ жизни и профилактика утомления	1
31	Компьютер и его влияние на здоровье	1

32	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	1
33	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека	1
34	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека	1