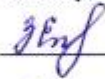


Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Нижнепенская средняя общеобразовательная школа»
Ракитянского района Белгородской области

Рассмотрено
на заседании
педагогического совета.
Протокол № 8 от
« 24 » мая 2019 г.

«Согласована»
Заместитель директора
школы по УВР
МОУ «Нижнепенская средняя
общеобразовательная школа»

Е.М. Занфирова
« 22 » мая 2019 г.

«Утверждена»
Директор
МОУ «Нижнепенская средняя
общеобразовательная школа»

А. Терешенко
Приказ № 216 от
« 24 » мая 2019 г.



**Рабочая программа внеурочной
деятельности
по общеинтеллектуальному направлению
«ОБЖ»
5-7 класс
Срок реализации программы 3 года**

Составитель
Преподаватель–организатор ОБЖ
Сафонов Сергей Васильевич

2019 год.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа внеурочной деятельности по ОБЖ для 6 класса составлена на основе программы для учителей общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности. Рабочие программы. 5-9 классы» / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. – 3-е издание – М.: Просвещение, 2014 год, в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, плана внеурочной деятельности на уровне основного общего образования МОУ «Нижнепенская средняя общеобразовательная школа»

Цели и задачи программы обучения:

1. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни (ЗОЖ).

2. Воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью.

3. Развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в ЧС; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении ЗОЖ.

4. Овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в ЧС; оказывать ПМП пострадавшим

5. Привитие культуры безопасного поведения личности современного типа.

Программа рассчитана на 35 часов, в том числе 3 учебных часа на практические занятия. Занятия проводятся из расчета один час в неделю по 40 минут. В рабочую программу изменения не внесены. Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» реализуется в форме факультатива. Набор детей свободный.

Формы организации учебного процесса следующие:

-учебные и учебно-тренировочные занятия с элементами моделирования опасных и экстремальных ситуаций;

-решение ситуационных задач;

-индивидуальные консультации.

Для реализации Рабочей программы используется учебно-методический комплект, включающий: учебник 6 класса (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под ред. Смирнова А.Т. «Основы безопасности жизнедеятельности». Издательство «Просвещение», 2010 г.), включённый в федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях, на **2019/2020** учебный год.

Содержание программы направлено на освоение учащимися знаний, умений и навыков на базовом уровне.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначен для воспитания личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества.

В основу содержания программы положена идея полицентризма опасных и вредных факторов, а также идея предметной интеграции. Элементы содержания других общеобразовательных областей, одновременно являющиеся фрагментами образовательной области ОБЖ и подлежащие чёткой взаимосвязи с интегрирующим курсом, рассматриваются: в естествознании, обществознании, технологии, физической культуре, математике и информатике и др. предметная интеграция в программе способствует формированию целостного представления об изучаемом объекте и предмете, усилению развивающей и культурной составляющей курса, а также рациональному использованию учебного времени.

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Результаты изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» приведены в разделе «Требования к уровню подготовки». Требования направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

Рубрика «**Знать/понимать**» включает требования к учебному материалу, который усваивается и воспроизводится обучающимися об основах здорового образа жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях, об оказании первой медицинской помощи.

Рубрика «**Уметь**» включает требования, основанные на более сложных видах деятельности, в том числе творческой: анализировать и оценивать, действовать, использовать, соблюдать и т.д.

В рубрике «**Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни**» представлены требования, нацеленные на обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

По окончании 6 класса обучающийся должен:

Знать/понимать:

- основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;
- способы безопасного поведения в природной среде: правила безопасного поведения до и время опасных природных явлений; меры безопасного поведения на водоёмах в различное время года.

Уметь:

- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
- оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;
- пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
- вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;
- действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
- соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в общественном транспорте;
- пользования бытовыми приборами и инструментами;
- проявления бдительности и поведения при угрозе террористического акта;
- обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Календарно-тематическое планирование

5 класс

№ п/п	№ урока (темы)	Дата	Содержание	Количес- тво часов	Домашн ее задание
1.	I		<u>Безопасность и защита человека в опасных ситуациях</u>	16	
2.	1		<i>Человек, среда его обитания, безопасность человека</i>	5	
3.	1.1		Город как среда обитания	1	
4.	1.2		Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища	1	
5.	1.3		Особенности природных условий в городе	1	
6.	1.4		Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность	1	
7.	1.5		Основы безопасности жизнедеятельности человека	1	
8.	2		<i>Опасные ситуации техногенного характера</i>	6	
9.	2.1		Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения	1	
10.	2.2		Пешеход. Безопасность пешехода	1	
11.	2.3		Пассажир. Безопасность пассажира	1	
12.	2.4		Водитель	1	
13.	2.5		Пожарная безопасность	1	
14.	2.6		Безопасное поведение в бытовых ситуациях	1	
15.	3		<i>Опасные ситуации природного характера</i>	2	
16.	3.1		Погодные условия и безопасность человека	1	
17.	3.2		Безопасность на водоемах	1	
18.	4		<i>Опасные ситуации социального характера</i>	3	
19.	4.1		Криминогенные ситуации и личная безопасность	1	
20.	4.2		Обеспечение личной безопасности дома	1	
21.	4.3		Обеспечение личной безопасности на улице	1	
22.	II		<u>Чрезвычайные ситуации</u>	6	
23.	5		<i>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера</i>	6	
24.	5.1		Чрезвычайные ситуации природного характера	1	
25.	5.2		Чрезвычайные ситуации техногенного характера	1	
26.	5.3		Практические занятия по отработке действий в случае возникновения чрезвычайной ситуации природного или техногенного характера	4	
27.	III		<u>Основы здорового образа жизни</u>	5	
28.	6		<i>Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни</i>	5	
29.	6.1		О здоровом образе жизни	1	
30.	6.2		Двигательная активность и закаливание организма — необходимые условия укрепления здоровья	1	
31.	6.3		Рациональное питание. Гигиена питания	1	
32.	6.4		Вредные привычки и их влияние на здоровье человека	1	
33.	6.5		Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек (практические занятия)	1	
34.	IV		<u>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</u>	8	
35.	7		<i>Первая медицинская помощь и правила ее</i>	8	

			<i>оказания</i>		
36.	7.1		Первая медицинская помощь при различных видах повреждений	2	
37.	7.2		Оказание первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении (практические занятия)	3	
38.	7.3		Первая медицинская помощь при отравлениях (практические занятия)	3	
39.	Всего часов			35	

6 класс

№ п/п	№ урока (темы)	Дата	Содержание	Количес- тво часов	Домашн ее задание
1.	I		<u>Безопасность человека в природных условиях</u>	25	
2.	1		<i>Подготовка к активному отдыху на природе</i>	6	
3.	1.1		Природа и человек	1	
4.	1.2		Ориентирование на местности	1	
5.	1.3		Определение своего местонахождения и на- правления движения на местности	1	
6.	1.4		Подготовка к выходу на природу	1	
7.	1.5		Определение места для бивака и организация бивачных работ	1	
8.	1.6		Определение необходимого снаряжения для похода	1	
9.	2		<i>Активный отдых на природе и безопасность</i>	5	
10.	2.1		Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе	1	
11.	2.2		Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности	1	
12.	2.3		Подготовка и проведение лыжных походов	1	
13.	2.4		Водные походы и обеспечение безопасности на воде	1	
14.	2.5		Велосипедные походы и безопасность туристов	1	
15.	3		<i>Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности</i>	6	
16.	3.1		Факторы, оказывающие влияние на безопас- ность человека в дальнем и выездном туризме	1	
17.	3.2		Акклиматизация человека в различных клима- тических условиях	1	
18.	3.3		Акклиматизация человека в горной местности	1	
19.	3.4		Обеспечение личной безопасности при следова- нии к местам отдыха наземными видами транс- порта	1	
20.	3.5		Обеспечение личной безопасности при следова- нии к местам отдыха водным транспортом	1	
21.	3.6		Обеспечение личной безопасности при следо- вании к местам отдыха воздушным транспор- том	1	
22.	4		<i>Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде</i>	4	
23.	4.1		Автономное пребывание человека в природной среде	1	
24.	4.2		Добровольная автономия человека в природной среде	1	
25.	4.3		Вынужденная автономия человека в природной среде	1	
26.	4.4		Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существова- нии	1	
27.	5		<i>Опасные ситуации в природных условиях</i>	4	
28.	5.1		Опасные погодные явления	1	
29.	5.2		Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях	1	
30.	5.3		Укусы насекомых и защита от них	1	
31.	5.4		Клещевой энцефалит и его профилактика	1	
32.	II		<u>Основы медицинских знаний и здорового об- раза жизни</u>	10	

33.	6		<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	4	
34.	6.1		Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи в природных условиях	1	
35.	6.2		Оказание первой медицинской помощи при травмах	1	
36.	6.3		Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге	1	
37.	6.4		Оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых	1	
38.	7		<i>Здоровье человека и факторы, на него влияющие</i>	6	
39.	7.1		Здоровый образ жизни и профилактика утомления	1	
40.	7.2		Компьютер и его влияние на здоровье	1	
41.	7.3		Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	1	
42.	7.4		Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека	1	
43.	7.5		Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека	1	
44.	7.6		Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ	1	
45.	Всего часов			35	

7 класс

№ п/п	№ урока (темы)	Дата	Содержание	Количество часов	Домашнее задание
1.	I		<u>Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях</u>	3	
2.	1		<i>Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера</i>	3	
3.	1.1		Различные природные явления и причины их возникновения	1	
4.	1.2		Общая характеристика природных явлений	1	
5.	1.3		Опасные и чрезвычайные ситуации. Общие понятия и определения	1	
6.	II		<u>Чрезвычайные ситуации природного характера</u>	21	
7.	2		<i>Чрезвычайные ситуации геологического происхождения</i>	7	
8.	2.1		Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия	1	
9.	2.2		Защита населения от последствий землетрясений	1	
10.	2.3		Правила безопасного поведения населения при землетрясении	1	
11.	2.4		Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле	1	
12.	2.5		Последствия извержения вулканов. Защита населения	1	
13.	2.6		Оползни, их последствия, защита населения	2	
14.	3		<i>Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения</i>	3	
15.	3.1		Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия	1	
16.	3.2		Защита населения от последствий ураганов и бурь	1	
17.	3.3		Смерчи	1	
18.	4		<i>Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения</i>	7	
19.	4.1		Наводнения. Виды наводнений и их причины	1	
20.	4.2		Защита населения от последствий наводнений	1	
21.	4.3		Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнений	1	
22.	4.4		Сели и их последствия	1	
23.	4.5		Защита населения от последствий селевых потоков	1	
24.	4.6		Цунами и их характеристика	1	
25.	4.7		Защита населения от цунами	1	
26.	5		<i>Чрезвычайные ситуации биологического происхождения</i>	4	
27.	5.1		Лесные и торфяные пожары и их характеристика	1	
28.	5.2		Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения	1	
29.	5.3		Эпидемии	1	
30.	5.4		Эпизоотии и эпифитотии	1	
31.	III		<u>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</u>	11	
32.	6		<i>Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека</i>	7	
33.	6.1		Психологическая уравновешенность	1	
34.	6.2		Стресс и его влияние на человека	1	
35.	6.3		Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте	1	
36.	6.4		Формирование личности подростка при его взаимоотношении со взрослыми	1	
37.	6.5		Формирование личности подростка при взаимоотношении со сверстниками	1	
38.	6.6		Формирование взаимоотношений со сверстниками	1	

			противоположного пола		
39.	6.7		Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних	1	
40.	7		<i>Первая медицинская помощь и правила ее оказания (практические занятия)</i>	4	
41.	7.1		Общие правила оказания первой медицинской помощи	1	
42.	7.2		Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении	1	
43.	7.3		Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах	1	
44.	7.4		Общие правила транспортировки пострадавшего	1	
45.			Всего часов	35	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Безопасность человека в природных условиях

Глава 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.

Глава 2. Активный отдых на природе и безопасность.

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.

Обеспечение безопасности в пешеходных 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.

Глава 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.

Глава 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.

Глава 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.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Глава 6. Первая помощь при неотложных состояниях.

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.

Глава 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.

СРЕДСТВА КОНТРОЛЯ

Знания и умения учащихся проверяются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения.

Для проверки знаний учащихся используются задания взятые из сборников:

1. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-8 классы. Школьный курс в тестах, играх, кроссвордах, заданиях с картинками/ авт.-сост. Г. П. Попова.- Волгоград: Учитель 2006

Основными формами контроля являются:

- Решение ситуационных задач.
- Составления алгоритма действий в различных экстремальных ситуациях.
- Составления плана действий в различных ситуациях.
- Устный развёрнутый ответ.
- Устное письменное выполнение заданий в конце параграфа.

Обсуждаемые вопросы:

1. меры безопасного поведения в природной среде.

2. основные факторы, влияющие на размещение туристического лагеря

3. минимальный набор туристического снаряжения и правила безопасного пользования им.

Подробный разбор специальных учебных рисунков.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ

Основная литература: Учебник 6 класса (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под ред. Смирнова А.Т. «Основы безопасности жизнедеятельности». Издательство «Просвещение», 2010 г.).

Дополнительная литература

УМК под редакцией А.Т. Смирнова **дополняют** методические и справочные издания издательства «Просвещение»:

1.Смирнов А.Т., Хренников Б.О. и др. Основы безопасности жизнедеятельности. Справочник для учащихся. 5-11 кл..

2.Энциклопедия для детей «Личная безопасность».

Мультимедийные пособия в помощь преподавателю – организатору ОБЖ

1.CD-ROM: библиотека электронных наглядных пособий ОБЖ – 5 – 11 классы. Минобразование РФ. РЦЭМГО «Кирилл и Мефодий», 2003

Сайты в помощь преподавателю-организатору ОБЖ

Название сайта	Электронный адрес
Совет безопасности РФ	http://www.scrf.gov.ru
Министерство внутренних дел РФ	http://www.mvd.ru/
МЧС России	http://www.emercom.gov.ru
Министерство здравоохранения РФ	http://www.minzdrav-rf.ru
Министерство обороны РФ	http://www.mil.ru
Министерство образования и науки РФ	http://www.ed.gov.ru
Министерство природных ресурсов РФ	http://www.mnr.gov.ru
Федеральная служба железнодорожных войск РФ	http://www.fsgv.ru
Федеральная служба России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды	http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm
Федеральная пограничная служба	http://www.fps.gov.ru
Федеральный надзор России по ядерной и радиационной безопасности	http://www.gan.ru
Русский образовательный портал	http://www.gov.ed.ru
Департамент образования, культуры и молодежной политики Белгородской области	http://www.beluno.ru
Белгородский региональный институт ПКППС	http://ipkps.bsu.edu.ru/
Академия повышения квалификации работников образования	http://www.apkro.ru
Федеральный российский общеобразовательный портал	http://www.school.edu.ru
Федеральный портал «Российское образование»	http://www.edu.ru
Портал компании «Кирилл и Мефодий»	http://www.km.ru
Образовательный портал «Учеба»	http://www.uroki.ru
Журнал «Курьер образования»	http://www.courier.com.ru
Журнал «Вестник образования»	http://www.vestnik.edu.ru
Издательский дома «Профкнига»	http://www.profkniga.ru
Издательский дом «1 сентября»	http://www.1september.ru
Издательский дом «Армпресс»	http://www.armpress.info
Фестиваль педагогический идей «Открытый урок» (издательский дом «1	http://festival.1september.ru/

сентября»)	
Энциклопедия безопасности	http://www.opasno.net/
Личная безопасность	http://personal-safety.redut-7.ru/
Образовательные ресурсы Интернета- Безопасность жизнедеятельности	http://www.alleng.ru/
«Мой компас» (безопасность ребёнка)	http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det
Информационно-методическое издание для преподавателей ОБЖ-МЧС России	http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html
Эконавт-CATALOG (электронный каталог интернет ресурсов по Охране труда, Безопасности дорожного движения, Безопасности жизнедеятельности)	http://www.econavt-catalog.ru/
Портал Всероссийской олимпиады школьников	http://rusolymp.ru/
Образовательные ресурсы Интернета – Безопасность жизнедеятельности	http://www.alleng.ru/edu/saf.htm
Безопасность. Образование. Человек. Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё о Безопасности Жизнедеятельности	// http://www.bezopasnost.edu66.ru
Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях	http:// www.hardtime.ru

Оборудование и приборы: костровое оборудование, палатки, демонстрационное туристическое снаряжение.