

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 169»

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
МБОУ «СОШ № 169»

_____ Л.Г. Фокина
« ____ » _____ 2012г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МБОУ «СОШ № 169»
_____ Б.Н. Козырева

Приказ № _____
от « ____ » _____ 2012 г.

Рабочая программа курса

«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

для учащихся 6 классов

на 2012 – 2013 учебный год

ПРИНЯТО

Руководитель межпредметного ШМО
_____ Н.Б. Шкатова

Протокол № _____
От « ____ » _____ 2012 г.

АВТОР

Преподаватель-организатор ОБЖ,
высшей квалификационной категории
_____ Ю.А.Мурашкин

Зеленогорск, 2012

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 6-х классов средней общеобразовательной школы № 169 разработана в соответствии с учебным планом образовательного учреждения и является локальным документом школы и индивидуальным инструментом педагога. Данная программа подготовлена на основе Программы курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 5–9 классов общеобразовательных учреждений (авторы: В.Н.Латчук, С.К.Миронов, С.Н.Вангородский), учебника для общеобразовательных школ «Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс» (авторы: А.Г.Маслов, В.В.Марков, В.Н.Латчук, М.И.Кузнецов) с учетом требований федерального компонента государственного стандарта основного общего образования. При подготовке использованы материалы Сборника нормативных документов Министерства образования Российской Федерации «Основы безопасности жизнедеятельности» (составители: Э.Д.Днепров, А.Г.Аркадьев), Сборника «Оценка качества подготовки выпускников основной школы по основам безопасности жизнедеятельности» (авторы-составители: Г.А.Колодницкий, В.Н.Латчук, В.В.Марков и др.).

В программе реализованы требования Конституции Российской Федерации и федеральных законов Российской Федерации «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности дорожного движения», «О пожарной безопасности», «Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан», Концепции национальной безопасности Российской Федерации.

Учащиеся 6-х классов средней общеобразовательной школы № 169 примерно одинаковы в освоении учебного материала, поэтому настоящая программа едина для параллели шестиклассников учреждения.

Целью программы является – ориентация на личную безопасность человека в среде обитания путем выработки у него навыков и умений применять правила (алгоритмы) безопасного поведения в условиях угроз и опасностей. В связи с этим логика построения программы заключается в том, чтобы школьники научились правильно оценивать обстановку и умело действовать в системе следующих понятий: опасность → причина опасности → последствие опасности → действие.

В предметной ориентации программа нацеливает педагогический процесс на решение следующих **задач**:

□ *освоение* учащимися знаний о здоровом образе жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении; развитие качеств личности школьников, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

□ *воспитание* у учеников чувства ответственности за личную и общественную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;

□ *обучение* учащихся умению предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь.

Программа состоит из трех разделов:

Раздел I «Безопасность и защита человека в среде обитания» включает темы: «Правила безопасного поведения в условиях природной среды», «Правила безопасного поведения при вынужденном автономном существовании в природных условиях», «Правила безопасного поведения на воде», «Психологические аспекты выживания в опасных и чрезвычайных ситуациях в природной среде».

Раздел II «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» предусматривает изучение тем: «Основы медицинских знаний» и «Основы здорового образа жизни».

Раздел III «Урок безопасности» содержит темы: по правилам поведения в чрезвычайных ситуациях различного характера, по правилам дорожного движения и профилактике детского дорожно-транспортного травматизма, по соблюдению правил пожарной безопасности.

При изучении материала семиклассники получают знания о чрезвычайных ситуациях природного характера, их последствиях и мероприятиях, проводимых государством по защите населения. Большое внимание уделено формированию здорового образа жизни и профилактике вредных привычек, изучению приемов оказания первой медицинской помощи.

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций по следующим направлениям:

- использование для познания окружающего мира различных методов наблюдения и моделирования;
- выделение характерных причинно-следственных связей;
- творческое решение учебных и практических задач;
- сравнение, сопоставление, классификация, ранжирование объектов по одному или нескольким предложенным основаниям, критериям;
- самостоятельное выполнение различных творческих работ, участие в проектной деятельности;
- использование для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, интернет-ресурсы и другие базы данных;
- самостоятельная организация учебной деятельности; оценивание своего поведения, черт своего характера, своего физического и эмоционального состояния;
- соблюдение норм поведения в окружающей среде, правил здорового образа жизни;
- использование своих прав и выполнение своих обязанностей как гражданина, члена общества и учебного коллектива.

Рабочая программа предусматривает использование учебно-методического комплекта, включающего учебники и учебные пособия, методические и учебно-методические пособия, учебные наглядные и электронные пособия и осуществляется в соответствии с учебно-тематическими планами, в результате изучения которых:

Ученик 6 класса должен знать и понимать:

- Правила безопасного поведения в условиях природной среды;
- Правила безопасного поведения при вынужденном автономном существовании в природных условиях;
- Правила безопасного поведения на воде;
- Психологические аспекты выживания в опасных и чрезвычайных ситуациях в природной среде;
- Правила оказания первой медицинской помощи при травмах, повреждениях и острых состояниях;
- Факторы, укрепляющие здоровье человека – рациональное питание;
- Факторы, разрушающие здоровье человека – табакокурение и токсикомания.
- Правила поведения в чрезвычайных ситуациях, произошедших в результате террористических актов;
- Правила поведения пешехода, пассажира;
- Правила пожарной безопасности в школе, дома и в лесу.

Ученик 6 класса должен уметь:

- Предвидеть опасные ситуации и правильно действовать в случае их возникновения;
- Правильно действовать при возникновении экстремальных ситуаций природного характера: ориентироваться на местности, подать сигналы бедствия, оборудовать временное укрытие, добыть воду и пищу, расставить костер;
- Оказывать первую медицинскую помощь при порезах, ссадинах, ушибах, укусах животных.

В основу педагогического процесса заложены следующие формы организации учебной деятельности: комбинированный урок, урок-лекция, урок-практикум, урок закрепления знаний,

умений и навыков. На большей части учебных занятий используется самостоятельная интеллектуальная и практическая деятельность учащихся, в сочетании с фронтальной, групповой, индивидуальной формой работы школьников. Повышению качества обучения в значительной степени способствует правильная организация проверки, учета и контроля знаний учащихся. По предмету ОБЖ предусмотрены:

- Тематические зачеты;
- Тематическое бумажное или компьютерное тестирования;
- Устные ответы, с использованием иллюстративного материала;
- Письменные ответы по индивидуальным карточкам-заданиям;
- Итоговые контрольные работы;
- Индивидуальные работы учащихся (доклады, рефераты, мультимедийные проекты).

Итоговый и промежуточный контроль знаний обучающихся осуществляется в виде тестирования.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА (В УЧЕБНЫХ ЧАСАХ)

| | <i>Наименования разделов и тем</i> | <i>Всего</i> | <i>Теория</i> | <i>Практика</i> |
|------------|---|--------------|---------------|-----------------|
| 1. | Безопасность и защита человека в среде обитания | 12 | | |
| 1.1 | <i>Правила безопасного поведения в природной среде</i> | 12 | | |
| 1.1.1 | Правила безопасного поведения в условиях природной среды | 5 | 4 | 1 |
| 1.1.2 | Правила безопасного поведения при вынужденном автономном существовании в природных условиях | 5 | 4 | 1 |
| 1.1.3 | Правила безопасного поведения на воде | 1 | 1 | |
| 1.1.4 | Психологические аспекты выживания в опасных и чрезвычайных ситуациях в природной среде | 1 | 1 | |
| 2. | Основы медицинских знаний и здорового образа жизни | 14 | | |
| 2.1 | <i>Основы медицинских знаний</i> | 9 | | |
| 2.1.1 | Средства оказания медицинской помощи | 1 | 1 | |
| 2.1.2 | Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях | 4 | 3 | 1 |
| 2.1.3 | Первая медицинская помощь при острых состояниях | 4 | 3 | 1 |
| 2.2 | <i>Основы здорового образа жизни</i> | 5 | | |
| 2.2.1 | Факторы, укрепляющие здоровье человека | 2 | 2 | |
| 2.2.2 | Факторы, разрушающие здоровье человека | 1 | 1 | |
| 2.2.3 | Профилактика травм в школьном возрасте | 2 | 2 | |
| 3. | Урок безопасности | 8 | | |
| 3.1 | Урок безопасности по правилам поведения в ЧС | 2 | | 2 |
| 3.2. | Урок безопасности по ПДД и профилактике детского дорожно-транспортного травматизма | 4 | | 4 |
| 3.3 | Урок безопасности по соблюдению правил пожарной безопасности | 2 | | 2 |
| | ИТОГО | 34 | 22 | 12 |

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

1. Безопасность и защита человека в среде обитания (12ч =10т+2п)

1.1. Правила безопасного поведения в природной среде (12ч = 10т+2п)

1.1.1. Правила безопасного поведения в условиях природной среды (5ч = 4т+1п).

1.1.1.1. Экстремальные ситуации в природных условиях. Смена климатогеографических условий.

1.1.1.2. Автономное существование человека в природных условиях.

1.1.1.3. Если человек заблудился в лесу. Если отстал от группы.

- 1.1.1.4. Ориентирование на местности и выход к населенным пунктам. Сигналы бедствия.
 1.1.1.5. Практическая работа по теме «Правила безопасного поведения в условиях природной среды».

1.1.2. Правила безопасного поведения при вынужденном автономном существовании в природных условиях (5ч = 4т+1п).

- 1.1.2.1. Выживание в природных условиях после аварии.
 1.1.2.2. Оборудование временного укрытия. Виды зимних укрытий. Временное укрытие в пустыне.
 1.1.2.3. Разведение костра. Типы костров. Обогрев внутри временного жилища.
 1.1.2.4. Как добыть воду Питание Рыбная ловля и охота. Приготовление пищи. Рецепты походных блюд. Съедобные и ядовитые ягоды, орехи, грибы.
 1.1.2.5. Контрольная работа по теме «Правила безопасного поведения при вынужденном автономном существовании в природных условиях».

1.1.3. Правила безопасного поведения на воде (1ч = 1т).

- 1.1.3.1. Особенности состояния водоемов в разное время года. Правила безопасного поведения на водоемах летом. Правила безопасного поведения на водоемах зимой. Правила переправы по льду водоемов. Помощь терпящим бедствие на воде и на льду. Способы самоспасения на воде. Оказание помощи терпящим бедствие на льду. Действия оказавшегося в воде (провалившегося под лед). Основные и подручные спасательные средства на воде. Правила пользования спасательным кругом. Подручные спасательные средства.

1.1.4. Психологические аспекты выживания в опасных и чрезвычайных ситуациях в природной среде (1ч=1т)

- 1.1.4.1. Психологические основы выживания в природных условиях. Психическое состояние человека при автономном выживании в природных условиях. Понятие о факторах и стрессорах выживания в природных условиях; их влияние на организм человека. Способы преодоления стрессоров выживания. Преодоление страха и стрессового состояния.

2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (14ч)

2.1 Основы медицинских знаний (9ч = 7т+2п)

2.1.1. Средства оказания медицинской помощи (1ч=1т)

- 2.1.1.1. Аптечка первой медицинской помощи (походная). Комплектование походной аптечки лекарственными средствами и средствами оказания медицинской помощи. Использование лекарственных растений для оказания первой медицинской помощи.

2.1.2. Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях (4ч=3т+1п)

- 2.1.2.1. Первая помощь при порезах, ссадинах и ушибах.
 2.1.2.2. Оказание первой помощи при травмах и переломах костей.
 2.1.2.3. Первая помощь при укусах животных. Первая медицинская помощь при укусах 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
 2.1.2.4. Практическое занятие «Правила оказания первой медицинской помощи при травмах и повреждениях».

2.1.3. Первая медицинская помощь при острых состояниях (4ч=3т+1п)

- 2.1.3.1. Причины бедствий на воде. Первая помощь утопающему. Основные способы искусственного дыхания.
 2.1.3.2. Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударах, солнечном ожоге. Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударе. Признаки солнечного ожога. Оказание первой медицинской помощи при солнечном ожоге.
 2.1.3.3. Обморожение. Степени обморожений. Оказание первой медицинской помощи при обморожениях.

2.1.3.4. Практическое занятие «Правила оказания первой медицинской помощи при острых состояниях».

2.2. Основы здорового образа жизни (5ч-т)

2.2.1. Факторы, укрепляющие здоровье человека (2ч-т)

2.2.1.1. Здоровый образ жизни и его составляющие.

2.2.1.2. 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. Рациональное, сбалансированное и калорийное питание. Режим питания. Гигиена и культура питания. Основные гигиенические требования к питанию.

2.2.2. Факторы, разрушающие здоровье человека (1ч-т)

2.2.2.1. Табакокурение и его последствия для здоровья курильщика и окружающих его людей. Токсикомания и её влияние на здоровье подростка. Профилактика табакокурения и токсикомании.

2.2.3. Профилактика травм в школьном возрасте (2ч-т)

2.2.3.1. Правила безопасного поведения дома и на улице. Влияние компьютера и телевизора на здоровье детей.

2.2.3.2. Правила безопасного поведения в школе и на занятиях спортом.

3. Урок безопасности (8ч).

3.1. Урок безопасности по правилам поведения в чрезвычайных ситуациях (2ч).

3.1.1. Урок безопасности, посвященный Дню борьбы с терроризмом и экстремизмом.

3.1.2. Урок безопасности по подготовке обучающихся действиям в чрезвычайных ситуациях, произошедших в результате террористических актов.

3.2. Урок безопасности по правилам дорожного движения и профилактике детского дорожно-транспортного травматизма (4ч).

3.2.1. Урок безопасности по правилам дорожного движения и профилактике детского дорожно-транспортного травматизма.

3.2.2. Урок безопасности по правилам поведения пешехода.

3.2.3. Урок безопасности по правилам поведения пассажира в транспорте.

3.2.4. Урок личной безопасности по правилам поведения на улице.

3.3. Урок безопасности по соблюдению правил пожарной безопасности (2ч).

3.3.1. Урок безопасности по соблюдению правил пожарной безопасности в школе и дома.

3.3.2. Урок безопасности по соблюдению правил пожарной безопасности в лесу.

ПЕРЕЧЕНЬ ОБЯЗАТЕЛЬНЫХ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ ЗАНЯТИЙ, ПРАКТИЧЕСКИХ И КОНТРОЛЬНЫХ РАБОТ

| <i>№ п/п</i> | <i>Наименование темы урока</i> | <i>Кол-во часов</i> |
|------------------|--|-------------------------|
| 1. | Практическая работа по теме «Правила безопасного поведения в условиях природной среды». | 1 |
| 2. | Контрольная работа по теме «Правила безопасного поведения при вынужденном автономном существовании в природных условиях». | 1 |
| 3. | Практическое занятие «Правила оказания первой медицинской помощи при травмах и повреждениях» (тематический зачет) | 1 |
| 4. | Практическое занятие «Правила оказания первой медицинской помощи при острых состояниях» (тематический зачет) | 1 |
| 5. | Учебно-тренировочное занятие по эвакуации обучающихся при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций природного характера (тематический зачет) | 0,5 |
| 6. | Факторы, разрушающие здоровье человека (доклады, рефераты, мультимедийные проекты) | 0,5 |

ЛИТЕРАТУРА

Нормативные и программные документы:

1. Основы безопасности жизнедеятельности. Сборник нормативных документов Министерства образования Российской Федерации / сост. Э.Д.Днепров, А.Г.Аркадьев. — М.: Дрофа, 2004.
2. Оценка качества подготовки выпускников основной школы по основам безопасности жизнедеятельности / авт.-сост. Г.А.Колодницкий, В.Н.Латчук, В.В.Марков и др. — М.: Дрофа, 2002.
3. Программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 5—9 классов общеобразовательных учреждений / В.Н.Латчук, С.К.Миронов, С.Н.Вангородский. — М.: Дрофа, 2006.

Учебники:

1. Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс: учебник для общеобразовательных учреждений /А.Г.Маслов, В.В.Марков, В.Н.Латчук, М.И.Кузнецов. — М.: Дрофа, 2005.

Методические пособия к учебникам:

1. Латчук В.Н., Марков В.В., Маслов А.Г. Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс: методическое пособие. — М.: Дрофа, 2004.
2. Миронов С.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации по использованию учебников в учебном процессе, организованном в соответствии с новым образовательным стандартом. — М.: Дрофа, 2004.

Тетради для оценки качества знаний:

1. Латчук В.Н., Миронов С.К. Тетрадь для оценки качества знаний по основам безопасности жизнедеятельности. 6 класс. — М.: Дрофа, 2005.

Методические и учебно-методические пособия:

1. Крючек Н.А., Миронов С.К., Мишин Б.И. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации по оборудованию кабинета (класса) ОБЖ в общеобразовательном учреждении. — М.: Дрофа, 2005.
2. Латчук В.Н., Миронов С.К., Мишин Б.И. Основы безопасности жизнедеятельности. Планирование и организация занятий в школе. 5—11 классы: методическое пособие. — М.: Дрофа, 2004.
3. Латчук В.Н., Миронов С.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа, 2005.
4. Маслов А.Г. Основы безопасности жизнедеятельности на уроках географии. 6—9 классы: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа, 2004.
5. Михайлов А.А. Игровые занятия в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности». 5—9 классы: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа, 2005.
6. Соловьев С.С. Основы безопасности жизнедеятельности. Алкоголь, табак и наркотики — главные враги здоровья человека: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа, 2005.

Дидактические материалы:

1. Латчук В.Н., Марков В.В., Фролов М.П. Основы безопасности жизнедеятельности. 5—9 классы: дидактические материалы. — М.: Дрофа, 2001.
2. Соловьев С.С. Основы безопасности жизнедеятельности. Тесты. 5—11 классы. — М.: Дрофа, 2003.

Учебные наглядные пособия:

1. Таблицы по основам безопасности жизнедеятельности. — М.: Дрофа, 2005:

- Личная гигиена;
 - Инфекционные заболевания.
2. Таблицы по правилам пожарной безопасности. – М.: Дрофа, 2005:
- Причины пожаров в жилых и общественных зданиях;
 - Признаки и поражающие факторы пожара;
 - Правила поведения при пожаре в доме (квартире);
 - Правила поведения при пожаре в общеобразовательном учреждении;
 - Как выйти из задымленного помещения;
 - Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру (помещение);
 - Правила поведения при загорании телевизора;
 - Правила поведения при загорании новогодней ёлки;
 - Первичные средства пожаротушения (огнетушители);
 - Первичные средства пожаротушения (внутренний пожарный кран).
3. Таблицы по защите от терроризма. – М.: Дрофа, 2006:
- Классификация терроризма;
 - Взрывоопасные предметы;
 - Безопасные расстояния до взрывоопасных предметов;
 - Особенности поведения и одежды террориста-смертника;
 - Правила безопасного поведения при угрозе взрыва;
 - Как действовать, попав после взрыва в завал;
 - Как действовать, попав под обстрел;
 - Как действовать, попав в заложники;
 - Действия при получении угрозы;
 - Психологическая помощь в ситуациях террористического характера.

Электронные учебные издания:

1. Наследухов А.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 5—11 классы. Электронная библиотека наглядных пособий. — М.: Дрофа, 2004.
2. «Чрезвычайные приключения Юли и Ромы». МЧС России. Специализированный учебный фильм по ОБЖ для средней школы. Электронное пособие на трёх DVD-дисках. – «Премьер-УчФильм», 2008.