

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ШКОЛА №2 С. КУЗОВАТОВО  
(МОУ СШ №2 с. Кузоватово)

РАССМОТРЕНО  
на заседании педсовета

Протокол № 1

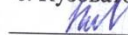
от 30 августа 2023 г.

«Согласовано»  
заместитель директора  
по УВР

 Н.П.Милюткина

«30» августа 2023 г.

«Утверждено»  
Директор МОУ СШ №2  
с. Кузоватово

 О.М. Панькина

Приказ № 60 от 30.08.2023 г.

**Рабочая программа**

Наименование курса: элективный курс «Основы безопасности жизнедеятельности»

Класс: \_\_\_\_\_ 5-6 \_\_\_\_\_

Уровень общего образования: \_\_\_\_\_ основное общее \_\_\_\_\_

Учитель: \_\_\_\_\_ Софронова Лариса Владимировна \_\_\_\_\_

Срок реализации программы: \_\_\_\_\_ 2023-2024 уч. год \_\_\_\_\_

Количество часов по учебному плану: 5 кл.-34 ч., 6 кл. – 34 ч.

Планирование составлено на основе Примерной программы основного общего образования по ОБЖ 5-9 кл, рекомендованной Министерством образования и науки РФ.

Учебник Основы безопасности жизнедеятельности: 5 класс: учебник/  
Б.О.Хренников, Н.В.Гололобов, Л.И.Льняная, М.В.Маслов; под ред. С.Н.Егорова. –  
М.: Просвещение, 2023 г.

Учебник Основы безопасности жизнедеятельности: 6 класс: учебник/  
Б.О.Хренников, Н.В.Гололобов, Л.И.Льняная, М.В.Маслов; под ред. С.Н.Егорова. –  
М.: Просвещение, 2023 г.

Рабочую программу составила учитель:  
\_\_\_\_\_ Софронова Лариса Владимировна \_\_\_\_\_

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

### Личностные результаты:

- Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлому и настоящему многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- Развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видах деятельности;
- Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения в транспорте и на дорогах;
- Формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- Развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

### Метапредметные результаты :

- Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действия в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- Смысловое чтение;
- Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей, потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий; развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;
- Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

#### **Предметные результаты:**

- Формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- Формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- Понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- Понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества;
- Формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- Формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;

- Понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- Знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- Знание мер безопасности и правил поведения и умение их применять в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- Умение оказать первую помощь пострадавшим;
- Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников; готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;
- Умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- Владение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

**Выпускник основной школы *научится*:**

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности; - основные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях; - законодательную и нормативно-правовую базу Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз и по организации борьбы с терроризмом; - наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию; - основные виды террористических актов, их цели и способы осуществления; - правила поведения при угрозе террористического акта; - государственную политику противодействия наркотизму;

**Выпускник основной школы *получит возможность научиться*:**

- *предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам; - принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций; - действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности; - пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.*

## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПО ТЕМАМ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

### 5 класс

#### **Раздел 1. Человек и его безопасность.**

Опасные и чрезвычайные ситуации. Источники опасных ситуаций. Возникновение опасных ситуаций из-за человеческого фактора.

Понятия «безопасность», «безопасность жизнедеятельности». Правила безопасности жизни. Краткие сведения о системе государственной защиты в области безопасности.

Понятие «чрезвычайная ситуация». Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Чрезвычайные ситуации социального характера

#### **Раздел 2. Здоровье и факторы, влияющие на него.**

Определение понятий «здоровье», «здоровый образ жизни». Физическое здоровье. Духовное здоровье. Неразрывная связь физического и духовного здоровья.

Режим дня. Отдых. Сон как важнейший признак здоровья. Правильная и неправильная осанка при ходьбе и при работе за письменным столом. Близорукость и дальновидность. Развитие физических качеств (сила, быстрота, выносливость). Малоподвижный образ жизни. Двигательная активность. Закаливание и закаливающие процедуры. Питание. Вода, белки, витамины, жиры, минеральные вещества, углеводы – необходимые элементы, требующиеся для развития организма.

Определение понятия «гигиена». Уход за зубами. Уход за кожей. Выбор одежды по сезону. Правила гигиены на каждый день.

Вред табакокурения и употребления спиртных напитков. Негативное отношение к приёму наркотических и токсикоманических веществ.

#### **Раздел 3. Безопасное поведение на дорогах и в транспорте.**

Дорожная разметка. Регулирование дорожного движения. Пешеходные переходы (регулируемые и нерегулируемые). Пешеходная вело пешеходная и велосипедная дорожки. Дорожные знаки (восемь групп). Транспортные и пешеходные светофоры. Сигналы светофоров. Сигналы регулировщика. Движение пешеходов в городе и по загородным дорогам.

Общественный транспорт. Школьный автобус. Правила, которые необходимо выполнять пассажирам трамваев, троллейбусов, автобусов, метрополитена.

Движение велосипедистов согласно Правилам дорожного движения Российской Федерации. Средства индивидуальной защиты велосипедиста. Требования к техническому состоянию велосипеда.

#### **Раздел 4. Безопасность вашего жилища.**

Особенности сельских поселений. Особенности городов как среды обитания (смог, переработка и хранение бытовых отходов, шум и другие проблемы).

Правила вызова экстренных служб. Единый номер 112.

Безопасность в вечернее время. Безопасность в толпе.

Источники опасности в современном жилище. Бытовой газ – источник повышенной опасности. Гигиена жилища.

Основные правила безопасности в подъезде и лифте, которые надо соблюдать, чтобы не подвергнуться нападению. Основные правила безопасного поведения на игровой площадке.

Правила поведения, если пожар в квартире. Рекомендации, как избежать пожара.

#### **Раздел 5. Безопасность в криминогенных ситуациях.**

Понятие «криминогенная среда». Разновидности преступлений. Правила безопасного поведения на улице, в образовательной организации, дома, которые необходимо соблюдать, чтобы не стать жертвой злоумышленников.

Полезные правила, которые помогут детям и подросткам избежать криминальных угроз.

## **Раздел 6. Экстремизм и терроризм – угрозы личности, обществу и государству.**

Понятия «экстремизм», «экстремистская деятельность». Опасные формы экстремистской деятельности. Ответственность за экстремистскую деятельность.

Понятие «терроризм». Различные виды террористической деятельности. Ложные сообщения о терактах. Формы проявления терроризма. Ответственность несовершеннолетних за участие в террористической деятельности.

Признаки наличия взрывного устройства. Правила поведения в различных ситуациях, связанных с проявлением террористической деятельности.

## **Раздел 7. Безопасность в информационной среде.**

Понятие «информационная среда», «информационная безопасность». Основные источники информации.

Понятие «киберзависимость». Правила безопасности для защиты от информационных угроз и опасностей.

## **Раздел 8. Безопасность в различных погодных условиях и при стихийных бедствиях.**

Ветер. Гроза. Молния. Правила поведения при грозе. Гололёд и гололедица.

Правила поведения на замерзшем водоёме. Безопасность при купании в водоёмах летом.

Землетрясение. Наводнение. Ураган. Сель. Оползень. Правила поведения во время стихийных бедствий.

## **Раздел 9. Производственные аварии и их опасность для жизни, здоровья и благополучия человека.**

Понятие «химическое заражение местности». Хлор и аммиак – аварийно химически опасные вещества (АХОВ). Правила действия после оповещения об аварии и угрозе химического заражения. Индивидуальные средства защиты.

Радиационно-опасный объект. Радиационная авария. Правила безопасного поведения в условиях радиационной обстановки.

Понятие «гидродинамическая авария». Правила безопасного поведения в условиях гидродинамической аварии.

## **Раздел 10. Первая помощь и правила её оказания.**

Цель оказания первой помощи. Неотложные состояния, при которых необходимо оказывать первую помощь. Телефоны для вызова скорой медицинской помощи. Средства из домашней аптечки, которые нужно использовать при оказании первой помощи.

Виды ожогов в зависимости от травмирующего источника, воздействующего на кожу (термические, электрические, лучевые, химические). Поверхностные и глубокие ожоги. Правила первой помощи при различных видах ожогов.

Различные пути попадания яда в человеческий организм. Правила безопасности для предупреждения случаев отравления. Первая помощь при отравлении минеральными веществами и бытовой химией.

Понятия «ушиб», «травма». Первая помощь при ушибах и ссадинах.

Правила оказания первой помощи в условиях различных чрезвычайных ситуациях.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПО ТЕМАМ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ**

**6 класс.**

### **Раздел 1. Здоровье и правила его сбережения.**

Правильное и неправильное питание. Закаливание организма. Долгое сидение за компьютером. Избыточный вес. Вред от употребления алкогольных напитков, табака, наркотиков. Игромания. Компьютерная игровая зависимость. Как избежать этой зависимости. Физические, химические и социальные антропогенные факторы окружающей среды. Экологическая безопасность. Правильный выбор одежды и обуви по сезону для участия в походе. Соблюдение правил личной гигиены в походе.

### **Раздел 2. Безопасное поведение на природе.**

Основные меры безопасности в туристических походах. Если турист отстал от группы. Однодневные и многодневные, местные и дальние туристские походы. Ориентирование по Солнцу. Ориентирование по природным признакам. Ориентирование по местным признакам. Способы определения сторон горизонта по компасу, небесным светилам и карте. Руководитель похода и его обязанности. Санитар и его обязанности. Состав аптечки первой помощи (походной аптечки). Туристское снаряжение в зависимости от вида похода. Выбор места для костра и его розжиг. Виды костров. Признаки приближающейся грозы. Правильное размещение в укрытии во время грозы.

### **Раздел 3. Правила безопасного поведения в различных видах походов.**

Пеший поход. Ведущий турист. Замыкающий турист. Техника движения по равнинной и пересечённой местности. Устройство бивака. Особенности снаряжения. Организация движения.. организация движения при подъёме и спуске. Плавучие средства. Общий распорядок ходового дня. Правила действия во время аварии судна.

### **Раздел 4. Безопасное поведение при автономном существовании.**

Факторы, способствующие и препятствующие выживанию при автономном существовании. Характерные особенности добровольного и вынужденного существования в природе. Сооружение временного жилища. Добывание огня с помощью различных предметов. Растения, грибы, орехи, которые можно употреблять в пищу. Очистка и обеззараживание воды. Различные средства аварийной сигнализации.

### **Раздел 5. Опасные встречи в природных условиях.**

Правила поведения при встрече с дикими животными (лосем, кабаном, волком, медведем и др.). безопасность при встрече со змеей. Защита от комаров, мошки и других насекомых. Клещевой энцефалит, его переносчики, места и время передачи, последствия заболевания. Способы удаления клещей с тела.

### **Раздел 6. Первая помощь в природных условиях.**

Средства для остановки кровотечения, от кашля, от воспаления. Первая помощь при травме конечностей, при повреждении глаз и носа. Имобилизация при травме конечностей. Первая помощь при солнечном и тепловом ударе, при переохлаждении, отморожении и ожоге. Психологическая поддержка пострадавшего.

### **Раздел 7. Правила дорожного движения.**

Безопасное поведение на дорогах и улицах. Причины ДТП. Перевозка пассажиров.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 5 КЛАСС

№ п/п	Тема	Кол-во часов
	<b>Человек и его безопасность</b>	<b>3</b>
<b>1</b>	Опасности в жизни человека	<b>1</b>
<b>2</b>	Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях	<b>1</b>
<b>3</b>	Разновидности чрезвычайных ситуаций	<b>1</b>
	<b>Здоровье и факторы, влияющие на него</b>	<b>5</b>
<b>4</b>	Что такое здоровье и здоровый образ жизни	<b>1</b>
<b>5</b>	Как сохранить здоровье	<b>1</b>
<b>6</b>	Личная гигиена	<b>1</b>
<b>7</b>	Предупреждение вредных привычек	<b>1</b>
<b>8</b>	Основные правила здорового образа жизни	<b>1</b>
	<b>Безопасное поведение на дорогах и в транспорте</b>	<b>3</b>
<b>9</b>	Правила поведения для пешеходов	<b>1</b>
<b>10</b>	Правила поведения для пассажиров	<b>1</b>
<b>11</b>	Если вы водитель велосипеда	<b>1</b>
	<b>Безопасность вашего жилища</b>	<b>6</b>
<b>12</b>	Среда обитания человека	<b>1</b>
<b>13</b>	Службы, которые всегда приходят на помощь	<b>1</b>
<b>14</b>	Основные правила безопасности на улице	<b>1</b>
<b>15</b>	Безопасность дома	<b>1</b>
<b>16</b>	Безопасность в подъезде и на игровой площадке	<b>1</b>
<b>17</b>	Как вести себя при пожаре	<b>1</b>
	<b>Безопасность в криминогенных ситуациях</b>	<b>2</b>
<b>18</b>	Как избежать контактов со злоумышленниками и преступной средой.	<b>1</b>
<b>19</b>	Советы на всю жизнь	<b>1</b>
	<b>Экстремизм и терроризм — угрозы личности, обществу и государству</b>	<b>3</b>
<b>20</b>	Что такое экстремизм.	<b>1</b>
<b>21</b>	Терроризм — крайняя форма экстремизма.	<b>1</b>
<b>22</b>	Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта	<b>1</b>
	<b>Безопасность в информационной среде</b>	<b>2</b>
<b>23</b>	Что такое информационная среда.	<b>1</b>
<b>24</b>	Безопасное использование информационных ресурсов	<b>1</b>
	<b>Безопасность в различных погодных условиях и при стихийных бедствиях</b>	<b>3</b>
<b>25</b>	Как погодные условия могут влиять на безопасность человека.	<b>1</b>
<b>26</b>	Безопасное поведение на водоёмах при различных погодных условиях.	<b>1</b>
<b>27</b>	Стихийные бедствия и их опасности	<b>1</b>
	<b>Производственные аварии и их опасности для жизни, здоровья и благополучия человека</b>	<b>3</b>
<b>28</b>	Химические производства и связанные с ними опасности.	<b>1</b>
<b>29</b>	Ядерные объекты и их опасности.	<b>1</b>
<b>30</b>	Гидротехнические сооружения и их опасности	<b>1</b>



	<b>Первая помощь и правила её оказания</b>	<b>4</b>
<b>31</b>	Основные правила оказания первой помощи	<b>1</b>
<b>32</b>	Первая помощь и взаимопомощь при ожоге. Первая помощь при отравлениях	<b>1</b>
<b>33</b>	Первая помощь при травмах.	<b>1</b>
<b>34</b>	Первая помощь при чрезвычайных ситуациях	<b>1</b>
	<b>Итого</b>	<b>34 ч.</b>

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 6 КЛАСС

№ п/п	Тема	Кол-во часов
	<b>Здоровье и правила его сбережения</b>	<b>6</b>
<b>1</b>	Факторы, способствующие сбережению здоровья	
<b>2</b>	Факторы, разрушающие здоровье	
<b>3</b>	Профилактика вредных привычек	
<b>4</b>	Как избежать отрицательного воздействия окружающей среды на развитие и здоровье человека	
<b>5</b>	Правила личной гигиены при занятиях туризмом	
<b>6</b>	Туризм как часть комплекса ГТО	
	<b>Практическое занятие</b>	<b>1</b>
<b>7</b>	Практическое занятие	
	<b>Безопасное поведение на природе</b>	<b>7</b>
<b>8</b>	Безопасное поведение в туристских походах	
<b>9</b>	Виды туристических походов	
<b>10</b>	Как ориентироваться на местности	
<b>11</b>	Подготовка к проведению туристского похода	
<b>12</b>	Приметы, по которым можно определить погоду	
<b>13</b>	Как развести костёр при разной погоде	
<b>14</b>	Если в лесу вас застигла гроза	
	<b>Правила безопасного поведения в различных видах походов</b>	<b>4</b>
<b>15</b>	Советы на всю жизнь	
<b>16</b>	Лыжные походы	
<b>17</b>	Горные походы	
<b>18</b>	Водные походы. Способы и средства самопомощи и взаимопомощи в водных походах	
	<b>Безопасное поведение при автономном существовании</b>	<b>5</b>
<b>19</b>	Поведение человека в условиях автономного существования в природной среде	
<b>20</b>	Добровольная и вынужденная автономия человека в природной среде	
<b>21</b>	Организация ночлега при автономном существовании	
<b>22</b>	Как добыть питьё и пищу в условиях автономии	
<b>23</b>	Как подать сигналы бедствия	
	<b>Опасные встречи в природных условиях</b>	<b>4</b>
<b>24</b>	Безопасность при встрече с дикими животными	
<b>25</b>	Безопасность при встрече со змеёй	
<b>26</b>	Защита от комаров и мошки и других насекомых	
<b>27</b>	Профилактика клещевого энцефалита	
	<b>Практическое занятие</b>	<b>2</b>
<b>28</b>	Практическое занятие	
<b>29</b>	Практическое занятие	
	<b>Первая помощь в природных условиях</b>	<b>5</b>
<b>30</b>	Народные средства первой помощи	
<b>31</b>	Первая помощь при травматических повреждениях	
<b>32</b>	Первая помощь при солнечном и тепловом ударе	
<b>33</b>	Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге	
<b>34</b>	Психологическая поддержка пострадавшего	
	<b>Итого</b>	<b>34 ч.</b>

