

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 304
«ЦЕНТР ПОДГОТОВКИ КАДЕТ»
ЦЕНТРАЛЬНОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

ПРИНЯТА

на заседании педагогического
совета ГБОУ СОШ № 304
Центрального района СПб

Протокол от 26.05.2023 № 11

УТВЕРЖДАЮ

И.о. директора
ГБОУ СОШ №304
Центрального района СПб
_____ Ю.Е. Яковлев
« ____ » _____ 20__ г.
Приказ от 26.05.2023 № 86/7

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

«Спецкурс «Безопасность жизнедеятельности»

для обучающихся 6 к2 класса

Срок реализации программы: 2023 – 2024 учебный год.

Составитель программы: **Черепанов В.Г.**
учитель высшей категории

Санкт-Петербург
2023 г.

Пояснительная записка по спецкурсу «Безопасность жизнедеятельности»

Программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного Министерством образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года № 1897 и Примерной программой, подготовленной в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения».

В рабочей 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 радиационной безопасности населения», «О пожарной безопасности», «Об экологической безопасности», «О санитарноэпидемиологическом благополучии населения», Стратегии национальной безопасности Российской Федерации.

В своей предметной ориентации предлагаемая программа направлена на достижение следующих целей:

- усвоение учащимися правил безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание ими важности укрепления, сохранения и защиты своего здоровья как личной и общественной ценности;
- уяснение и принятие учащимися достижений гражданского общества: права человека, правовое государство, семейные ценности, справедливость и ответственность органов власти;
- антиэкстремистское и антитеррористическое поведение учащихся, их нетерпимость к действиям и намерениям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков, табакокурению и употреблению алкогольных напитков;
- готовность и стремление учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Организация и проведение занятий по предлагаемой программе позволяют эффективно использовать образовательный и воспитательный потенциал образовательного учреждения, создать благоприятные условия для личностного и познавательного развития учащихся, обеспечивают формирование важнейших компетенций школьников.

Общая характеристика курса

Курс БЖ предназначен для решения следующих задач:

- освоение учащимися знаний о здоровом и разумном образе жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
 - обучение школьников умению предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую помощь;
- развитие у обучаемых качеств личности, необходимых для ведения здорового и разумного образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- воспитание у учащихся культуры безопасности жизнедеятельности, чувства ответственности за личную и общественную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
 - формирование у школьников антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Структурно в 6 классе курс представлен двумя разделами:

раздел 1 – «Основы безопасности личности, общества и государства»; раздел 2 - «Оказание первой помощи и здоровый образ жизни».

Понятийная база и содержание курса полностью соответствуют Конституции Российской Федерации, федеральным законам и нормативным правовым документам Российской Федерации, в том числе, для 5-го и 6-го классов, Федеральному государственному образовательному стандарту основного общего образования, утвержденному приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года № 1897.

Место курса в учебном плане

В соответствии с Примерной программой, подготовленной в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения», изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в системе основного общего образования осуществляется из расчета 1 ч в неделю.

Класс – 6

Количество часов в неделю – 1 ч.

Количество часов в год – 34 ч.

Количество часов в I полугодии – 16

Количество часов во II полугодии – 18

При введении обучения с использованием дистанционных технологий школа переходит на единую цифровую площадку, которая позволит проводить занятия синхронно и асинхронно. Будут использоваться следующие возможности для введения и отработки нового учебного материала: презентации, видеуроки, тесты, гугл-формы и т.д.

Личностные, метапредметные, предметные результаты освоения курса Личностные результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;
- развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;

- формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
- умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;
- овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;
- умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;
- умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;
- освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- умение разработать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
- умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;
- формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации. **Предметные результаты:**

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;
- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- 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 военной службе;
 - формирование установки на здоровый и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение 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, их последствий для личности, общества и государства;
 - знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
 - умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
 - умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
 - умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Планируемые результаты изучения курса

Учащийся должен знать:

- наиболее распространенные чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;
- опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее распространенные в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- основы государственной стратегии Российской Федерации в области обеспечения безопасности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;
- законодательную и нормативно-правовую базу Российской Федерации по организации противодействия терроризму;
- основные виды террористических актов, их цели и способы проведения;
- правила безопасного поведения при угрозе террористических актов;
- основы государственной политики Российской Федерации противодействию наркотизму;
- основные меры по профилактике наркомании и токсикомании;
- наиболее популярные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности при этом.

Учащийся должен уметь:

- предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам;
- принимать грамотные решения и умело действовать при возникновении чрезвычайных ситуаций, обеспечивая личную безопасность;
- уверенно действовать при угрозе террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;
- правильно пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; – оказывать первую помощь при неотложных состояниях.

Учащиеся должны обладать компетенциями по практическому применению полученных знаний и умений:

- для обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- для подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных условиях;

- для оказания первой помощи пострадавшим;
- для формирования убеждений и потребности в соблюдении норм разумного и здорового образа жизни.

Содержание курса

6 класс

Основы безопасности личности, общества и государства Экстремальные ситуации в природных условиях

Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях. Понятие об опасной и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе (смена климатогеографических условий, резкое изменение природных условий, требующие экстренной медицинской помощи заболевания или повреждения, вынужденное автономное существование) и их причины. Наиболее распространенные случаи вынужденного автономного существования: потеря ориентировки на местности, отставание от группы, авария транспортного средства в малонаселенной местности. Понятие о выживании.

Факторы и стрессоры выживания в природных условиях. Причины, влияющие на поведение человека, — факторы выживания. Группы факторов выживания: личностные, природные, материальные. Понятие о стрессорах выживания. Различные стрессоры и способы их побороть.

Психологические основы выживания в природных условиях. Свойства человеческой психики, помогающие выживать. Как развивать в себе полезные способности и черты (внимание и наблюдательность, ощущение и восприятие, память и мышление, установку на выживание). Как воспользоваться ими в условиях вынужденного автономного существования.

Страх — главный психологический враг. Страх и его негативное влияние на человека в опасной ситуации. Паника и оцепенение как опасные состояния. Способы побороть страх. Как работа над собой повышает шансы выжить в экстремальных ситуациях. Систематическое воспитание воли.

Подготовка к походу и поведение в природных условиях. Основные способы избежать экстремальных ситуаций в природных условиях. Подготовка к походу: обеспечение безопасности, распределение обязанностей, продуктов и снаряжения, выбор маршрута. Правила безопасного поведения на природе: соблюдение дисциплины, передвижение группой, внимательность, бережное отношение к природе, соблюдение границ полигона, поиск и запоминание ориентиров.

Надежные одежда и обувь — важное условие безопасности. Требования к одежде и обуви. Правила ухода за одеждой и обувью (проветривание и просушивание) в походе. Особенности подготовки к походу в зимнее время.

Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях. Основные правила поведения в экстремальной ситуации. Правила поведения в случае аварии самолета или автомобиля, при стихийном бедствии. Принятие решения двигаться к населенному пункту или оставаться на месте. Правила безопасного поведения: оборудование аварийного лагеря, назначение командира, распределение обязанностей, предотвращение конфликтов.

Действия при потере ориентировки. Основные правила поведения в случае, когда человек заблудился. Как вспомнить пройденный путь, оценить расстояние до источников звука и света, воспользоваться маркировкой маршрутов. Чего нельзя делать, если вы заблудились. Определение направления по встреченным дорогам и тропам, ручьям и рекам. Выход к населенному пункту в зимнее время по лыжне. Определение направления выхода при отставании в походе от группы.

Способы ориентирования и определение направления движения. Ориентирование по компасу, по собственной тени, по звездам, по часам. Ориентирование по местным признакам: таянию снега, густоте травы, влажности земли, строению муравейника, расположению мхов и т. д. Движение по азимуту с использованием двух ориентиров,

Техника движения в природных условиях. Правила безопасного движения по склонам холмов и гор, вдоль ручья. Способы переправы через реку. Особенности передвижения в зимнее время: по снегу, руслам замерзших рек, по льду. Преодоление заболоченных участков.

Сооружение временного жилища, добывание и использование огня. Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища. Виды и способы сооружения временного жилища в летнее и зимнее время (шалаш, навес, иглу). Особенности укрытий в горах. Выбор места и правила разведения костра (в том числе в ненастную погоду и зимнее время). Соблюдение мер пожарной безопасности. Виды костров и их назначение. Способы разжигания и сохранения огня.

Обеспечение питанием и водой. Чувство голода и обеспечение питанием из резервов природы. Обеспечение водой из водоемов, снега, льда. Способы добывания воды, ее очистка и обеззараживание в условиях вынужденного автономного существования.

Поиск и приготовление пищи. Кипячение воды и приготовление растительной пищи при отсутствии посуды. Способы приготовления на костре корней и клубней, рыбы, мелких животных. Основные правила рыбалки.

Особенности лыжных, водных и велосипедных походов. Подготовка к лыжным походам: тренировки, выбор одежды и обуви, группового снаряжения. Правила безопасного поведения в водном походе. Подготовка к велосипедному походу, основные правила безопасности.

Безопасность на водоемах. Виды опасности на воде. Правила безопасного поведения на зимних водоемах (при передвижении по льду). Правила безопасного поведения на водоемах летом (при купании).

Сигналы бедствия. Способы подачи сигналов бедствия. Специальные знаки международной кодовой таблицы символов. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств.

Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме
Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме. Понятие о дальнем и международном туризме. Факторы, влияющие на его безопасность (заболевания, травматизм, стихийные бедствия, политическая ситуация в стране пребывания и др.)

Акклиматизация в различных природно-климатических условиях. Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Рекомендации по адаптации к смене часовых поясов и климата. Акклиматизация в условиях жаркого климата, горной местности, Севера.

Безопасность в чрезвычайных ситуациях

Коллективные и индивидуальные средства защиты. Устройство убежища, порядок его заполнения и правила поведения в нем. Что запрещено при нахождении в убежище. Как пользоваться поврежденным противогазом. Замена поврежденного противогаза в условиях зараженного воздуха. **Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств.** Правила безопасного поведения при захвате. Порядок действий во время операции по освобождению заложников.

Взрывы в местах массового скопления людей. Места массового скопления людей. Проявление бдительности как мера предотвращения терактов. Признаки установки взрывного устройства. Правила безопасного поведения при непосредственной угрозе взрыва и после него.

Оказание первой помощи и здоровый образ жизни Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

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

Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей. Укусы насекомых и их последствия для организма человека. Оказание первой помощи при укусах ядовитого

насекомого. Как уберечься от укуса клеща и вызываемого им энцефалита. Признаки укуса ядовитой змеей и правила оказания первой помощи пострадавшему. Меры предосторожности от укусов ядовитых змей.

Первая помощь при ожогах. Термический ожог. Степени ожогов и их признаки. Первая помощь при ожогах кожи. Солнечный ожог, его признаки и первая помощь при нем.

Тепловой и солнечный удар. Понятие о тепловом и солнечном ударе. Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Меры предупреждения их наступления.

Обморожения и общее охлаждение организма. Понятие об обморожении. Степени обморожения и их признаки. Оказание первой помощи при общем охлаждении и обморожении.

Беда на воде. Причины бедствий на воде. Признаки утопления. Оказание первой помощи при утоплении.

Закрытые травмы. Понятие о травме. Виды закрытых травм (ушиб, растяжение, разрыв, вывих, перелом). Причины, вызывающие каждый вид травмы, признаки травм и оказание первой помощи.

Способы переноски пострадавших. Способы переноски (на шесте, носилках, в рюкзаке и др.). Изготовление переносных приспособлений.

Основы здорового образа жизни

Правильное питание — основа здорового образа жизни. Обмен веществ и энергии как основная функция организма человека. Калорийность продуктов питания. Суточная потребность человека в калориях. Соотношение расхода энергии к потребляемым калориям, избыток и недостаток их в рационе. Сбалансированное питание.

Значение белков, жиров и углеводов в питании человека. Белки, жиры и углеводы, их функция и содержащие их продукты. Витамины и их роль в развитии человека. Основные источники витаминов и минеральных веществ. Потребность подростка в воде.

Гигиена и культура питания. Основные гигиенические требования к питанию. Режим питания. Важность соблюдения культуры питания и основные правила этикета.

Особенности подросткового возраста. Развитие и изменение организма в подростковом возрасте. Изменение поведения. Как отстаивать свою точку зрения.

Взаимоотношения с родителями.

Тематическое планирование изучения курса БЖ

6 класс

№ модуля, раздела, темы	наименование модулей, разделов, тем	Количество часов
М-I	Основы безопасности личности, общества и государства	22
Тема 1	Экстремальные ситуации в природных условиях	17
Тема 2	Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме	2
Тема 3	Безопасность в чрезвычайных ситуациях	3
М-II	Оказание первой помощи и здоровый образ жизни	12
Тема 6	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	7
Тема 7	Основы здорового образа жизни	5
Итого:		34

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности

№ п/п	Тема урока	Основные элементы содержания	Характеристика основных видов учебной деятельности	Требования к уровню подготовки учащихся	Домашнее задание	Дата проведения	
						По плану	По факту
М.1 Основы безопасности личности, общества и государства (22 ч.)							
Т.1 Экстремальные ситуации в природных условиях (17 ч.)							
1	Основные виды экстремальных ситуаций в природе и их причины.	Основные виды экстремальных ситуаций в природе и их причины. Автономное существование человека в природе и причины попадания человека в такую ситуацию.	Знакомство с учебником. Изучение и анализ иллюстраций	Знать основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях и их причины. Владеть понятиями стихийные бедствия.		06.09	
2	Психологические основы выживания в природных условиях	Факторы выживания в природных условиях. Стрессоры выживания и их влияние на организм человека.	Формирование приемов работы с учебником и электронным приложением	Знать факторы и стрессоры выживания в природных условиях, преодоление стрессового состояния. Уметь применять установленные правила в планировании способа решения. Уметь самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.		13.09	
3	Страх-главный психологический враг.	Понятие о страхе и паническом поведении, их характеристика. Основные причины страха. Развитие черт характера, позволяющих преодолеть страх	Получают представление о страхе и паническом поведении. Приобретают навыки	Знать характеристику страха и панического поведения. Уметь формировать волевые		20.09	

		и выжить в сложных условиях. Роль волевых качеств человека в преодолении страха. Рекомендации по формированию волевых качеств.	по формированию волевых качеств, необходимых для преодоления страха.	качества в преодолении страха.			
4	Подготовка к походу поведение природных условиях	к и в Работа с учебником, решение заданий	Определение целей и задач похода.	Определение целей и задач похода. Приобретения навыков, связанных с подготовкой к походу. Уметь правильно выполнять правила безопасности в природных условиях. Уметь работать с учебником.		27.09	
5	Что надо знать о себе, что бы выжить. Страх.	Особенности психики человека. Умение управлять собой. Страх. Паническое бегство. Борьба со страхом.	Работа с учебником, иллюстрациями, решение задач	Иметь представление о роли волевых качеств в преодолении страха. Уметь использовать приобретенные навыки по формированию волевых качеств.		04.10	
6	Надёжные одежда и обувь – важное условие безопасности	Работа с учебником, иллюстрациями, решение заданий	Учатся подбирать одежду и обувь для похода и правильно ухаживать за ними в походных условиях.	Знать требования к одежде и обуви. Уметь подбирать одежду и обувь к походу. Уметь работать с учебником.		11.10	
7	Поведение в экстремальной ситуации	в в Работа с учебником, ответы на вопросы	Изучают правила поведения в экстремальных	Знать правила оборудования аварийного лагеря. Уметь		18.10	

	природных условиях		ситуациях в природной среде	принять решение в экстремальной ситуации. Уметь работать с учебником.			
8	Действие при потере ориентации	Решение задачи, ответы на вопросы	Учатся правильно действовать при потере ориентировки и отставании от группы	Знать правила определения направления выхода. Уметь правильно действовать при потере ориентировки.		01.11	
9	Способы ориентирования и определение направления движения	Решение заданий из учебника	Обучаются определять стороны света различными способами и двигаться по азимуту	Знать правила движения по определенным ориентирам. Уметь определять стороны света различными способами.		08.11	
10	Техника движения в природных условиях	Работа с плакатами, презентацией	Знакомятся с техникой передвижения по различной местности, переправы через водоёмы и преодоления болот.	Знать техники передвижения в природных условиях. Уметь определить технику движения в зависимости от вида местности.			
11	Сооружение временного жилища	Работа с учебником, практическая работа в группах	Получают представление о видах временных жилищ и способах их возведения.	Знать основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища.		15.11	
12	Добывание и использование огня	Работа с учебником, практическая работа в группах	Учатся выбирать место для костра, добывать огонь и разводить костер, соблюдая	Виды костров. Уметь выбирать место для разведения огня. Добывать огонь		22.11	

			правила пожарной безопасности.				
13	Обеспечение питанием и водой	Ответ на вопросы учебника	Получают представление и навыки добывания воды и пищи в условиях автономного существования	Знать ответы на вопросы учебника. Уметь добывать воду и пищу. Нетрадиционное питание в экстремальной ситуации. К: Ставить вопросы.		29.11	
14	Поиск и приготовление пищи	Формирование понятий о видах пищи	Приобретают знания и получают навыки приготовления пищи в полевых условиях	Иметь понятие о видах пищи. Знать правила приготовления пищи в полевых условиях.		06.12	
15	Особенности лыжных, водных и велосипедных походов	Решение задач учебника, работа с плакатами.	Знакомятся с правилами организации, проведения и безопасности лыжных, водных и велосипедных походов	Знать средства обеспечения безопасности. Знать правила организации, проведения, походов		13.12	
16	Безопасность на водоемах	Решение задач учебника, работа с плакатами.	Изучают правила безопасного поведения на водоемах летом и зимой	Знать правила безопасного поведения зимой и летом на водоемах.		20.12	
17	Сигналы бедствия	Работа с плакатами, иллюстрациями	Изучают правила передачи сигналов бедствия. Получают практические навыки в изготовлении и применении	Знать способы подачи сигналов бедствия. Уметь изготавливать и применять простейшие сигнальные средства.		27.12	

			простейших сигнальных средств				
Т.2 Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме (2 ч)							
18	Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме	Решение заданий, работа в группах	Получают представление о факторах, влияющих на безопасность туризма. Изучают правила безопасного поведения туристов в зарубежных и внутренних поездках	Знать факторы, влияющие на безопасность туризма. Знать правила безопасного поведения туристов.		17.01	
19	Акклиматизация в различных природно-климатических условиях	Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Адаптация организма человека к смене климатогеографических условий.	Изучают влияние смены различных климатографических условий на состояние человека и основные правила адаптации к этим условиям	Знать основные принципы адаптации при смене климатогеографических условий.		24.01	
Т.3 Безопасность в чрезвычайных ситуациях (3 час)							
20	Коллективные средства защиты	Понятие об убежище (защитном сооружении). Отдельно-стоящие и встроенные убежища. Устройство убежища, порядок его заполнения и правила поведения в нём.	Получают представление о видах защитных сооружений, их устройстве и порядке заполнения. Изучают правила поведения в убежище и пользования повреждённым противогололедом.	Знать о видах защитных сооружений и правилах поведения.		31.01	

21	Индивидуальные средства защиты	Правила пользования повреждённым противогазом в непригодной для дыхания среде: при различных повреждениях.		Знать правила пользования противогазом.		07.02	
22	Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств	Общие сведения об имевших место террористических акциях на транспортных средствах. Правила безопасного поведения пассажиров в момент захвата преступниками транспортного средства. Правила безопасного поведения заложников.	Изучают правила безопасного поведения людей, захваченных в качестве заложников в различных транспортных средствах.	Знать правила безопасного поведения пассажира.		14.02	

М.2 Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (12 час)

Т.1 Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (8 час)

23	Средства оказания медицинской помощи.	Аптечка первой помощи. Использование природных лекарственных средств.	Учатся правильно комплектовать походную аптечку средствами оказания первой помощи при необходимости оказывать первую помощь, используя лекарственные растения	Знать правила использования лекарственных растений для оказания первой помощи. Уметь комплектовать походную аптечку.		21.02	
24	Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей	Признаки укуса насекомых. Первая медицинская помощь при укусах насекомых. Признаки укуса змей. Первая медицинская помощь при укусах змей.	Учатся оказывать первую помощь при укусах насекомых и змей	Знать оказание первой помощи при укусах насекомых.		28.02	

25	Первая помощь при ожогах	Первая медицинская помощь при ожогах. Первая медицинская помощь при солнечных ожогах. Степени термических ожогов и их признаки. Рекомендации по предотвращению солнечных ожогов.	Изучают термические и солнечные ожоги, их воздействие на организм человека. Учатся оказывать первую помощь при термических и солнечных ожогах.	Знать признаки солнечного ожога. Уметь оказывать первую помощь при ожогах.		07.03	
26	Тепловой и солнечный удар.	Понятие о тепловом и солнечном ударе. Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Профилактика теплового и солнечного удара.	Получают представление о тепловом и солнечном ударе. Изучают правила профилактики и оказания первой помощи.	Знать профилактику теплового и солнечного удара. Уметь оказывать первую помощь.		14.03	
27	Обморожение и охлаждение организма.	Признаки обморожения и охлаждения организма. Первая медицинская помощь при отморожении и охлаждении организма.	Приобретают знания о причинах и признаках обморожения и общем охлаждении организма. Учатся правильно оказывать первую помощь.	Знать профилактику обморожения и охлаждения организма. Уметь оказывать первую помощь		21.03	
28	Беда на воде.	Опасность водоемов и правила безопасного поведения на воде. Оказание первой медицинской помощи при утоплении.	Учатся оказывать первую помощь при утоплении.	Знать первоочередные действия человека, заметившего утопающего. Уметь оказывать первую медицинскую помощь при утоплении.		04.04	
29	Закрытые травмы.	Виды закрытых травм. Первая медицинская помощь при закрытых травмах (ушибы,	Получают представление о видах и признаках закрытых	Знать признаки закрытых травм и повреждений. Владеть правилами		11.04	

		растяжения, разрывы, вывихи, переломы, сдавления). Понятие о переломах, сдавлении. Оказание первой помощи	травм. Учатся оказывать первую помощь при закрытых травмах.	оказания первой медицинской помощи.			
30	Способы переноски пострадавших.	Способы переноски пострадавших с использованием подручных средств. Приёмы и правила переноски пострадавших: на шесте, на носилках из шестов, на носилках-волокушках из длинных жердей, в рюкзаке.	Учатся различным способам переноски пострадавших с использованием подручных средств	Знать способы переноски пострадавших с использованием подручных средств. Владеть правилами оказания первой медицинской помощи.		18.04	

Т.2 Основы здорового образа жизни (4 час)

31	Правильное питание -основа здорового образа жизни	Обмен веществ и энергии как основная функция организма человека. Регулирование потребления и расхода энергии. Значение питания для детей и подростков.	Получают представление об основах правильного питания.	Знать правила рационального, сбалансированного питания. Уметь составлять свой точный рацион питания.		25.04	
32	Значение белков, жиров и углеводов в питании человека.	Функции белка и их источники для организма человека. Функции жиров. Жиры растительного и животного происхождения. Источники жиров для организма человека. Роль углеводов в организме человека. Основные источники витаминов. Основные источники минеральных веществ. Роль воды в организме человека.	Приобретают знания о значении белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных веществ для организма человека.	Знать о функциях белков и жиров, углеводов в организме человека. Роль воды в организме человека. Знать правила и режим питания.		16.05	

33	Гигиена и культура питания.	Гигиенические требования к питанию. Культура питания. Распределение калорийности по приёмам пищи. Понятие о культуре и этике питания. Правила питания и соблюдения культуры питания.	Узнают гигиенических требования к питанию и режиму питания. Учатся соблюдать правила этикета при приёме пищи.	Знать о последствиях малоподвижного образа жизни. Об особенностях взросления. Знать правила личной гигиены. Уметь составлять режим дня.		16.05	
34	Особенности подросткового возраста	Особенности развития организма в подростковом возрасте. Изменение поведения в подростковом возрасте. Отношения с родителями.	Получают представления об особенностях своего развития и поведения. Учатся учитывать эти особенности при общении с окружающими людьми.	Знать гигиенические мероприятия по уходу за сальными и потовыми железами. Знать правила ухода за своим телом		23.05	

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

Учебники и пособия: <http://school304.ru/files/obrazovanie/umk.pdf>

Платформа Яндекс-учебник «Курс БЖ для 6 класса»

Перечень средств обучения

Мультимедийные издания

1. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы: электронное пособие. — М.: Дрофа.

Стационарные наглядные пособия

1. Таблицы по основам безопасности жизнедеятельности (М.: Дрофа)

– Средства индивидуальной защиты.

– Средства коллективной защиты.

– Личная гигиена.

2. Таблицы по правилам пожарной безопасности (М.: Дрофа)

– Классификация пожаров.

– 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 елки.

– Помощь человеку, на котором загорелась одежда.

– Первая медицинская помощь при термических ожогах.

– Первичные средства пожаротушения (огнетушители).

– Первичные средства пожаротушения (внутренний пожарный кран).

3. Таблицы по защите от терроризма (М.: Дрофа)

– Классификация терроризма.

– Взрывоопасные предметы.

– Безопасные расстояния до взрывоопасных предметов.

– Особенности поведения и одежды террориста-смертника.

– Как действовать, попав в заложники.

– Действия при получении угрозы.

– Психологическая помощь в ситуациях террористического характера.

Экранно-звуковые пособия

1. Видеофильмы по основным темам и разделам курса БЖ в основной школе.

2. Аудиозаписи для проведения занятий, соревнований и праздников.

3. Слайды (диапозитивы) по тематике курса БЖ.

Учебно-практическое оборудование

Аудиторная доска с магнитной поверхностью и набором приспособлений для крепления таблиц.

Штатив для карт и таблиц.

Укладки для аудиовизуальных средств (слайдов, кассет и др.).

Технические средства обучения:

1. Персональный компьютер.
2. Мультимедийный проектор.
3. Интерактивная доска.