

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ОМС "Управление образования Каменск-Уральского городского
округа"**

**Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
"Лицей № 10"**

СОГЛАСОВАНО

Педагогическим
советом Лицея №
10 Протокол от
29.08.2024 №15

УТВЕРЖДЕНО

Приказом директора
Лицея № 10
от 29.08.2024 №
од



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности ОБЖ»

для обучающихся 6 классов

Каменск-Уральский городской округ 2024

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности (ОБЖ)» на уровне общего образования составлена в соответствии с требованиями ФГОС ООО; требованиями к результатам освоения основной образовательной программы.

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности (ОБЖ)» – это предмет, на котором осуществляется практическая подготовка учащихся к самостоятельной жизни, формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, повышению общего уровня интеллектуального развития. Обстановка, складывающаяся в стране в области национальной безопасности, в связи с реальными внешними и внутренними угрозами и чрезвычайной ситуацией биолого-социального характера — пандемией, потребовала пересмотра системы подготовки подрастающего поколения россиян в области безопасности жизнедеятельности на основе комплексного подхода к формированию у них современного уровня культуры безопасности.

Такой подход будет способствовать снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, связанных с различными опасными и чрезвычайными ситуациями, в том числе с социальными ситуациями — экстремизмом и терроризмом, наркотизмом и военными угрозами. Рабочая программа отражает модульную структуру содержания предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» и написана в соответствии с нормативно-правовыми актами в области безопасности жизнедеятельности, действующими в Российской Федерации, и на основе совокупных требований, определенных Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования.

Рабочая программа предназначена для формирования у обучающихся в 6 классе основ индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, необходимой человеку для жизни в условиях техногенной, природной, социальной и информационной сфер деятельности на современном этапе. В процессе освоения программы по ОБЖ обучающиеся приобретут необходимые знания, умения, навыки и сформируют компетенции для обеспечения безопасной жизнедеятельности в обществе в условиях современного мира, в том числе с учётом региональных особенностей. Особое внимание уделяется антиэкстремистской и антитеррористической безопасности, а также общегосударственной системе защиты личности, общества, государства от террористических угроз.

Обучение по программе будет способствовать выработке у учащихся 2 умений распознавать угрозы, нейтрализовать конфликтные ситуации, решать сложные вопросы социального характера, грамотно вести себя при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Основная цель программы — научить подростков предвидеть опасность, по возможности её избегать, при необходимости действовать со знанием дела. Достижение планируемых результатов реализуется путём решения ряда учебных задач, которые определяют общие направления формирования содержания предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в рамках отдельных положений стратегических

национальных приоритетов, определённых Стратегией национальной безопасности Российской Федерации: оборона страны, государственная и общественная безопасность, повышение качества жизни российских граждан, экономический рост, наука, технологии и образование, здравоохранение, культура, экология живых систем и рациональное природопользование, стратегическая стабильность и равноправное стратегическое партнёрство. В ходе освоения рабочей программы, по основам безопасности жизнедеятельности обучаемые сформируют индивидуальные социальные качества, компетентности, что окажет важное влияние на их подготовку к самостоятельной жизнедеятельности в современном обществе в реальных условиях окружающего мира.

Рабочая программа учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) для 6 класса составлена на основе пособия для учителей общеобразовательных учреждений, предметная линия учебников «Основы безопасности жизнедеятельности» под редакцией С.Н. Егорова, рабочая программа 6 классы. Для реализации Рабочей программы используется Учебно-методический комплект учебников ««Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 6 классов общеобразовательных организаций под редакцией доктора юридических наук С. Н. Егорова.

Оглавление

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ (ОБЖ)»
2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ (ОБЖ)»
3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
4. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Личностные результаты

- 1) 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;
- 2) 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 учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного

отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

4) 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;

5) 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 учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

7) 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 видов деятельности;

8) 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;

9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты:

4 Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы представлены тремя группами универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
 - умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
 - владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- Познавательные УУД:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, 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;

Коммуникативные УУД:

- 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 учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметные результаты:

5

- ☐ 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 последствий 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 неопределённости;
- ☐ умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- ☐ овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

В результате изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности (ОБЖ)» на уровне среднего общего образования:

Выпускник на базовом уровне научится:

- умению оказать первую помощь пострадавшим;
- умению предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;

6

- умению принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

2. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ (ОБЖ)»

Структура содержания общеобразовательного предмета (курса) основ безопасности жизнедеятельности (ОБЖ) в 6 классе основной школы определена следующими укрупнёнными тематическими блоками (модулями):

МОДУЛЬ «ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ»

Здоровье и факторы, влияющие на него. Что такое здоровье и здоровый образ жизни. Определения понятий «здоровье», «здоровый образ жизни». Физическое здоровье. Духовное здоровье. Неразрывная связь физического и духовного здоровья. Как сохранить здоровье. Режим дня. Отдых. Сон как

важнейший признак здоровья. Правильная и неправильная осанка при ходьбе и при работе за письменным столом. Близорукость и дальнозоркость. 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.

Личная гигиена. Определение понятия «гигиена». Уход за зубами. Уход за кожей. Выбор одежды по сезону. Правила гигиены на каждый день. Предупреждение вредных привычек. Вред табакокурения и употребления спиртных напитков. Негативное отношение к приёму наркотических и токсикоманических веществ.

Основные правила здорового образа жизни. Здоровье и правила его сбережения. Факторы, способствующие сбережению здоровья. Правильное и неправильное питание. Закаливание организма.

Факторы, разрушающие здоровье. Долгое сидение за компьютером. Избыточный вес. Профилактика вредных привычек. Вред от употребления алкогольных напитков, табака, наркотиков. Игромания. Компьютерная игровая зависимость. Как избежать этой зависимости. Как избежать отрицательного воздействия окружающей среды на развитие и здоровье человека. Физические, химические и социальные антропогенные факторы окружающей среды. Экологическая безопасность. Правила личной гигиены при занятиях туризмом. Правильный выбор одежды и обуви по сезону для участия в походе. Соблюдение правил личной гигиены в походе. Туризм как часть комплекса ГТО.

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ»

Безопасное поведение на природе

Безопасное поведение в туристских походах. Основные меры безопасности в туристских походах. Если турист отстал от группы.

7

Виды туристских походов. Однодневные и многодневные, местные и дальние туристские походы.

Как ориентироваться на местности. Ориентирование по Солнцу.

Ориентирование по природным признакам. Ориентирование по местным признакам. Способы определения сторон горизонта по компасу, небесным светилам и карте.

Подготовка к проведению туристского похода. Руководитель похода и его обязанности. Санитар и его обязанности. Состав аптечки первой помощи (походной аптечки). Туристское снаряжение в зависимости от вида похода.

Приметы, по которым можно определить погоду.

Как развести костёр при разной погоде. Выбор места для костра и его розжиг. Виды костров.

Если в лесу вас застигла гроза. Признаки приближающейся грозы.

Правильное размещение в укрытии во время грозы.

Правила безопасного поведения в различных видах походов

Советы на всю жизнь. Пеший поход. Ведущий турист. Замыкающий

турист. Техника движения по равнинной и пересечённой местности.
Устройство бивака.

Лыжные походы. Особенности снаряжения. Организация движения.

Горные походы. Организация движения при подъёме и спуске.

Водные походы. Способы и средства самопомощи и взаимопомощи в водных походах. Плавающие средства. Общий распорядок ходового дня. Правила действия во время аварии судна.

Безопасное поведение при автономном существовании

Поведение человека в условиях автономного существования в природной среде. Факторы, способствующие и препятствующие выживанию при автономном существовании.

Добровольная и вынужденная автономия человека в природной среде.

Характерные особенности добровольного и вынужденного существования в природе. Организация ночлега при автономном существовании. Сооружение временного жилища. Добывание огня с помощью различных предметов.

Как добыть питьё и пищу в условиях автономии. Растения, грибы, орехи, которые можно употреблять в пищу. Очистка и обеззараживание воды.

Как подать сигналы бедствия. Различные средства аварийной сигнализации.

Опасные встречи в природных условиях

Безопасность при встрече с дикими животными. 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.

Профилактика клещевого энцефалита. Клещевой вирусный энцефалит, его переносчики, места и время передачи, последствия заболевания. Способы удаления клещей с тела.

МОДУЛЬ «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ»

8

Первая помощь при электротравме. Первая помощь при кровотечении.

Наружные и внутренние кровотечения. Виды кровотечения — капиллярное, венозное, артериальное, смешанное. Способы временной остановки наружного кровотечения. Оказание первой помощи при носовом кровотечении. Первая помощь при ушибах и переломах.

Транспортировка пострадавших в медицинское учреждение. Способы транспортировки пострадавшего. Первая помощь в природных условиях

Народные средства первой помощи. Средства для остановки кровотечения, от кашля, от воспаления.

Первая помощь при травматических повреждениях. Первая помощь при травме конечностей, при повреждении глаз и носа. Иммобилизация при травме конечностей.

Первая помощь при солнечном и тепловом ударе. Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге.

Психологическая поддержка пострадавшего.

3.ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п Наименование модулей Количество часов

- 1 Здоровье и как его сохранить 6
- 2 Безопасность в природной среде 20
- 3 Основы медицинских знаний 8

Итого : 34

9

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Основы безопасности жизнедеятельности

Класс 6

Количество часов на год – 34

В неделю – 1

Плановых контрольных уроков – 4

Административных контрольных уроков – 4

Планирование составлено на основе государственной программы и учебника «Основы безопасности жизнедеятельности» для 6 класса / под редакцией С. Н. Егорова М.: Просвещение 2021 г.

№ Тема

Модуль 1 «Здоровье и как его сохранить» (6 часа)

Раздел 1. Здоровье и правила его сбережения

- 1 Факторы, способствующие сбережению здоровья
2. Факторы, разрушающие здоровье.
3. Профилактика вредных привычек.
4. Как избежать отрицательного воздействия окружающей среды на развитие и здоровье человека
5. Правила личной гигиены при занятиях туризмом.
6. Туризм как часть комплекса ГТО

Модуль 2 «Безопасность в природной среде» (20 ч)

Раздел 2. Безопасное поведение на природе

7. Безопасное поведение в туристских походах
8. Виды туристических походов.
9. Как ориентироваться на местности
10. Подготовка к проведению туристского похода.
11. Приметы, по которым можно определить погоду
12. Как развести костёр при разной погоде.
13. Если в лесу вас застигла гроза

Раздел 3 Правила безопасного поведения в различных видах походов

14. Советы на всю жизнь
15. Лыжные походы
16. Горные походы.
17. Водные походы. Способы и средства самопомощи и взаимопомощи в водных походах

Раздел 4 Безопасное поведение при автономном существовании

18. Поведение человека в условиях автономного существования в природной среде

19. Добровольная и вынужденная автономия человека в природной среде.

20. Организация ночлега при автономном существовании

21. Как добыть питьё и пищу в условиях автономии.

22. Как подать сигналы бедствия

Раздел 5 Опасные встречи в природных условиях

23. Безопасность при встрече с дикими животными.

24. Безопасность при встрече со змеей.

25. Защита от комаров и мошки и других насекомых.

26. Профилактика клещевого энцефалита

Модуль 3 «Основы медицинских знаний» (8 часа)

Раздел 6 Первая помощь в природных условиях

27. Народные средства первой помощи

28. Первая помощь при травматических повреждениях

29. Первая помощь при солнечном и тепловом ударе.

30. Первая помощь при переохлаждении, отморожении и ожоге

31. Психологическая поддержка пострадавшего

32. Психологическая поддержка пострадавшего

33. Первая помощь при травматических повреждениях наложение повязок

34. Первая помощь при травматических повреждениях наложение повязок на конечности

Программно-методическое обеспечение:

1) Егоров С.Н. Основы безопасности жизнедеятельности 6 класс / Б. О.

Хренников, Н.В. Гололобов, Л. И. Лыняная, М. В. Маслов под редакцией С. Н. Егорова М.: Просвещение 2021 г.

2) <http://obj.mchsmedia.ru/> - «Основы безопасности жизнедеятельности» – ежемесячное специализированное информационно-методическое издание

3) <https://www.spas-extreme.ru/> - Спас Экстрим портал детской безопасности МЧС России

4) <http://www.obzh.ru/> - Федеральный образовательный портал по Основам безопасности жизнедеятельности