

Приложение  
к плану внеурочной деятельности на уровне основного общего образования,  
утвержденного приказом №794/01-09 от «28» августа 2020 г.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
КОЛТУШСКАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА ИМЕНИ АКАДЕМИКА  
И.П.ПАВЛОВА

**Рабочая программа по курсу внеурочной деятельности**  
**социальной направленности**  
**«Безопасный мир (основы безопасности жизнедеятельности)»**

**Для 6 классов**

**Базового уровня**

**На 1 год**

Разработчик программы:

Павлова Наталья Адольфовна

2020

## Планируемые результаты освоения курса

Личностными результатами являются:

- развитие любознательности;
- развитие интеллектуальных и творческих способностей обучающихся;
- воспитание ответственного отношения к своему здоровью.

Метапредметными результатами являются:

- формирование приемов работы с информацией, что включает в себя умения: поиска и отбора источников информации; систематизации информации; понимания информации, представленной в различной знаковой форме;

- развитие коммуникативных умений и овладение опытом межличностной коммуникации, участие в работе группы в соответствии с обозначенной ролью.

Предметными результатами являются:

- применение полученных знаний и умений для решения практических задач в повседневной жизни; для осознанного соблюдения норм и правил безопасного поведения в природной и социоприродной среде; при оказании простейших видов первой медицинской помощи;

- расширение представлений о здоровом образе жизни, овладение простейшими приемами самоконтроля своего физического состояния.

## Содержание изучаемого курса внеурочной деятельности

Рабочая программа по курсу «Безопасный мир (Основы безопасности жизнедеятельности)» составлена на основе программы для общеобразовательных учреждений: Основы безопасности жизнедеятельности: для 5-11 классов / А.Т. Смирнов, Л.П. Анастасов, Б.О. Хренников и др.; под общей редакцией А.Т. Смирнова М.: Просвещение, 2011.

Учебник: для общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс» Смирнов А.Т., Хренников Б.О.– М: Просвещение, 2016.

Раздел I. Безопасность человека в природных условиях – 25 ч.

Глава 1. Подготовка к активному отдыху на природе – 6 ч.

Природа и человек. Общение с живой природой – естественная потребность человека для развития своих духовных и физических качеств.

Активный отдых на природе и необходимость подготовки к нему.

Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта.

Определение своего местонахождения и направления движения на местности.

Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака. Разведение костра.

Определение необходимого снаряжения для похода.

Глава 2. Активный отдых на природе и безопасность – 5 ч.

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.

Обеспечение безопасности в пешеходных и горных походах. Порядок движения походных групп. Выбор линии движения в пешем путешествии. Режим и порядок дня похода.

Преодоление водных препятствий.

Подготовка и проведение лыжных походов, одежда и обувь туриста-лыжника, подбор и подготовка лыж. Организация движения, организация ночлегов. Меры безопасности в лыжном походе.

Водные походы. Подготовка к водному путешествию. Возможные аварийные ситуации в водном походе. Обеспечение безопасности на воде.

Велосипедные походы, Особенности организации велосипедных походов.

Обеспечение безопасности туристов в велосипедных походах.

Глава 3. Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности – 6ч.

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных климатических условиях.

Акклиматизация к холодному климату. Акклиматизация к жаркому климату.

Акклиматизация в горной местности.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземным видам транспорта (автомобильным, железнодорожным).

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным или воздушным видами транспорта.

Глава 4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде – 4 ч.

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия.

Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. Сооружение временного укрытия из подручных средств. Добывание огня, обеспечение водой и пищей. Подача сигналов бедствия.

Глава 5. Опасные ситуации в природных условиях – 4 ч.

Опасные погодные условия и способы защиты от них.

Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.

Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни – 9 ч.

Глава 6. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи – 4 ч.

Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи в природных условиях. Походная аптечка. Лекарственные растения.

Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и потертостях. Первая медицинская помощь при ушибах, вывихах, растяжениях связок.

Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах и отморожении. Первая медицинская помощь при ожогах.

Оказание первой медицинской помощи при укусах ядовитых змей.

Первая медицинская помощь при укусах насекомых.

Глава 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие – 5 ч.

Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Компьютер и его влияние на здоровье. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.

Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека.

Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ. Стадии развития наркомании. Правила четырех «НЕТ!» наркотикам.

### Тематическое планирование

№ п/п	Наименование раздела и тем	Количество часов
-------	----------------------------	------------------

<b>Раздел 1. Безопасность человека в природных условиях.</b>		<b>25 ч</b>
1	Подготовка к активному отдыху на природе	6 ч
2	Активный отдых на природе и безопасность	5 ч
3	Дальний (внутренний) и выездной туризм и меры безопасности	6 ч
4	Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде	4 ч
5	Опасные ситуации в природных условиях	4 ч
<b>Раздел 2: Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>		<b>9 ч</b>
6	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.	4 ч
7	Здоровье человека и факторы, на него влияющие	5 ч
<b>Всего</b>		<b>34 ч</b>

### **Методическое и материально-техническое обеспечение программы:**

Основная литература:

Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 – 9 классы. /под общей редакцией А.Т. Смирнова. - М. Просвещение, 2011.

Смирнов А. Т., Хренников Б. О. Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс. Учебник для общеобразовательных учреждений /под общ. ред. Смирнова А. Т. – М.: Просвещение, 2014.

Дополнительная литература

Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. Система заданий 5 – 9 классы. /Под редакцией Г.С. Ковалевой, О.Б. Логиновой – М.: Просвещение, 2013.

Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы. Поурочные разработки. Пособие для учителей и методистов /под общ. ред. Смирнова А. Т. – М.: Просвещение, 2008.

Латчук В.Н., Миронов С.К. Справочник по ОБЖ безопасность при пожарах. – М.:Дрофа, 2010.

### **ТСО: Ноутбук, Интернет ресурсы:**

- <http://www.edu.ru> – Федеральный портал «Российское образование»;
- <http://www.emercom.gov.ru> – МЧС России;
- <http://www.1september.ru> – Издательский дом «1 сентября»;
- <http://festival.1september.ru> – Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»;
- <http://www.alleng.ru> и <http://www.alleng.ru/edu/saf.htm> – Образовательные ресурсы Интернета – Безопасность жизнедеятельности;
- <http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html> – Информационно-методическое издание для преподавателей ОБЖ – МЧС России;
- <http://www.hardtime.ru> – Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё.