

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Котинская основная общеобразовательная школа»
(МБОУ «Котинская ООШ»)

«Рассмотрено»

Руководитель МО

 / Рудык Г.Ф./

Протокол МО от 29.08.2020г. № 1

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР

 /Киселева С.Н./

29.08. 2020г.

«Утверждено»

Директор школы

 /Корнелюк И.А./

Приказ от 31.08.2020г. № 87



Рабочая программа курса по выбору

«Основы безопасности»

5-7 классы

Разработчик(и) программы: Корнелюк И.А.,
Учитель основ безопасности жизнедеятельности,
первая квалификационная категория

с. Котино 2020

Рабочая программа курса по выбору «Основы безопасности» составлена на основе требований к планируемым результатам.

Личностные результаты:

- * усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- * развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- * формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- * воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности;
- * усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- * формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания; * осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам семьи;
- * формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.

Метапредметные результаты :

- * овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- * овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- * формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- * приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- * развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- * освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- * формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметные результаты обучения:

1. В познавательной сфере:

* знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

2. В ценностно-ориентационной сфере:

* умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

* умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

* умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

3. В коммуникативной сфере:

* умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

4. В эстетической сфере:

* умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.

5. В трудовой сфере:

* знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

* умения оказывать первую медицинскую помощь.

6. В сфере физической культуры:

* формирование установки на здоровый образ жизни;

* развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; * умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

Ожидаемый результат:

- способность обучающихся правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;

- успешное выступление в конкурсах проектных работ, олимпиадах по ОБЖ.

Основы безопасности личности, общества и государства

Основы комплексной безопасности

Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой, предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. Основные правила

пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др. Безопасность на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Средства индивидуальной защиты велосипедиста. Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Средства индивидуальной защиты. Водоемы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. Правила безопасности в туристических походах и поездках. Правила поведения в автономных условиях. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них. Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера (квартира, улица, подъезд, лифт, карманная кража, мошенничество, самозащита покупателя). Элементарные способы самозащиты. Информационная безопасность подростка.

Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины, ураганы, бури, смерчи, сильный дождь (ливень), крупный град, гроза, сильный снегопад, сильный гололед, метели, снежные заносы, наводнения, половодье, сели, цунами, лесные, торфяные и степные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной защиты. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них (аварии на радиационно-опасных, химически опасных, пожароопасных и взрывоопасных, объектах экономики, транспорте, гидротехнических сооружениях). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной и коллективной защиты. Правила пользования ими. Действия по сигналу «Внимание всем!». Эвакуация населения и правила поведения при эвакуации.

Основы противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации

Терроризм, экстремизм, наркотизм - сущность и угрозы безопасности личности и общества. Пути и средства вовлечения подростка в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность. Ответственность несовершеннолетних за правонарушения. Личная безопасность при террористических актах и при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников. Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Основы здорового образа жизни

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена). Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и их факторов. Семья в современном обществе. Права и обязанности супругов. Защита прав ребенка.

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Извлечение инородного тела из верхних дыхательных

путей. Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах. Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении. Основные неинфекционные и инфекционные заболевания, их профилактика. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе. Первая помощь при укусе насекомых и змей. Первая помощь при остановке сердечной деятельности. Первая помощь при коме. Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.

Основное содержание курса
(35 часа)

Глава 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека (5 часов)

Тема 1. Введение.

Инструктаж по ТБ. Населенный пункт как среда обитания

Тема 2. Мой дом – моя крепость.

Особенности жизнеобеспечения жилища.

Тема 3. Особенности природных условий

Природные зоны

Тема 4. Человек и его интересы, и безопасность

Профессии и их безопасность

Тема 5. Безопасность в повседневной жизни

Группы опасных ситуаций. Основные службы. Правила их вызова.

Глава 2. Опасные ситуации техногенного характера (8 часов)

Тема 6. Дорожное лото

Первые правила ДД. Элементы дороги. Регулирование ДД.

Тема 7. Лото безопасности

Предупреждающие знаки. Знаки приоритета. Запрещающие знаки. Предписывающие знаки. Знаки особых предписаний. Информационные знаки. Знаки сервиса. Знаки дополнительной информации (таблички).

Тема 8. Квест-игра «Дорожные знаки»

Игра-конкурс на знание дорожных знаков, их изображение и предназначение.

Тема 9. Я - пешеход.

Обязанности пешехода. Меры безопасности при движении пешеходов по дорогам. Безопасный маршрут «дом-школа-дом».

Тема 10. Я - пассажир.

Безопасное поведение в транспорте. Опасные ситуации в транспорте.

Тема 11. Я – водитель.

Понятия водитель, транспортное средство. Группы транспортных средств. Безопасность велосипедиста. Требования к техническому состоянию велосипеда. Запреты для велосипедиста. Обязанности велосипедиста.

Тема 12. Пожарное лото.

Понятие пожар. Правила пожарной безопасности. Вопросы и ответы на пожарах.

Тема 13. Бытовой этикет.

Электричество. Бытовой газ. Вода. Компьютер.

Глава 3. Опасные ситуации природного характера (2 часа)

Тема 14. С погодой на «Ты».

Гроза. Гололед. Снежный занос и метель, пурга.

Тема 15. Я и водоем.

Что нельзя делать на водоемах. Безопасность на замерзших водоемах. Признаки прочности льда.

Глава 4. Чрезвычайные ситуации (2 часа)

Тема 16. Чрезвычайные ситуации и природа

Стихийным бедствиям – нет!

Тема 17. Чрезвычайные ситуации и техника

Радиационные, пожаровзрывоопасные, химические опасные объекты.

Глава 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение (3 часа)

Тема 18. Я и закон.

Криминогенные ситуации. Правила личной безопасности.

Тема 19. Любознательность дома.

Правила безопасного поведения дома, в лифте, при разговоре по телефону, звонок в дверь, в подъезде.

Тема 20. Любознательность на улице.

Рекомендации по безопасному поведению на улице, в общественных местах, где проводятся массовые мероприятия, в толпе.

Глава 6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства (3 часа)

Тема 21. Новые термины

Современный терроризм. Политический терроризм. Терроризм, использующий религиозные мотивы. Криминальный терроризм. Националистический терроризм. Технологический терроризм.

Тема 22. Система гражданственности.

Экстремистская и террористическая деятельность. Что общего?

Тема 23. Система патриотизма.

Виды террористических актов, признаки, правила поведения, ложные сообщения о терактах.

Глава 7. Система ЗОЖ(3 часа)

Тема 25. О здоровом образе жизни

Понятия здоровье, здоровый образ жизни, режим.

Тема 26. Двигайся, закаляйся, если хочешь быть здоров!

Понятие двигательная активность. Основные физические качества. Закаливание.

Тема 27. Система питания

Углеводы. Жиры. Белки. Витамины. Минеральные вещества. Вода. Правила приема пищи.

Глава 8. Отрицательное в моей жизни. (2 часа)

Тема 28. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека

Курение. Алкоголь. Наркомания. Токсикомания.

Тема 29. Здоровый образ жизни (практическое занятие)

Игра по станциям, направленным на соблюдение здорового образа жизни

Глава 9. Маленькие Айболиты.. (4 часа)

Тема 30. Есть проблема.

Последовательность оказания первой помощи. Вызов скорой медицинской помощи. Аптечка первой помощи дома.

Тема 31. Я ушибся. (практическое занятие)

Понятие ушиб. Причина ушиба. Первая помощь при ушибах мягких тканей. Признаки попадания в ссадину инфекции.

Тема 32. Я отравился.

Общие правила оказания помощи при отравлениях. Правила оказания первой помощи при отравлении никотином. Правила оказания первой помощи при отравлении угарным газом.

Тема 33. Игра – конкурс «Скорая помощь»

Конкурс на знание правил оказания первой помощи

Обобщение (1 час)

Тема 34. Правила безопасного поведения во время летних каникул

Повтор основных понятий, правил и законов безопасного поведения. Правила поведения на воде. Правила поведения в лесу. Первая помощь при укусах насекомых. Первая помощь при тепловых и солнечных ударах. Первая помощь при ожогах.

35. Обобщение (1 час)

Тематическое планирование

№ п/п	Темы уроков	Количество часов
Человек, среда его обитания, безопасность человека. 5ч.		
1	Населенный пункт.	1
2	Мой дом - моя крепость.	1
3	Природные условия	1
4	Человек и его интересы.	1
5	Дорожное лото.	1
Опасные ситуации техногенного характера 6ч.		
6	Лото безопасности.	1
7	Люди и их окружение.	1
8	Дорожный постовой.	1
9	Я - пешеход.	1
10	Я – пассажир.	1
11	Я – водитель.	1
Опасные ситуации природного характера 2ч.		
12	Пожарное лото.	1
13	Вопросы и ответы на пожарах.	1
Опасные ситуации природного и техногенного характера 7ч.		
14	Бытовой этикет.	1
15	Азбука безопасного быта.	1
16	С погодой на «Ты».	1
17	Я и водоем.	1
18	ЧС и природа - что это?	1
19	Стихийному бедствию - нет!	1
20	ЧС и техника - что это?	1
Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства 6ч.		
21	Я и закон	1
22	Любознательность дома.	1
23	Любознательность на улице.	1
24	Новые термины.	1
25	Система гражданственности.	1
26	Система патриотизма.	1
Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни 3ч.		
27	Система ЗОЖ.	1
28	Двигайся, закаляйся, если хочешь быть здоров!	1
29	Система питания.	1
Факторы, разрушающие здоровье 1ч.		
30	Отрицательное в моей жизни	1
Первая помощь и правила ее оказания 5ч.		
31	Я ушибся.	1
32	Я отравился.	1
33	Маленькие Айболиты.	1
34	Есть проблема.	1
35	Обобщаем играя.	1

Тематическое планирование

6 класс

№	Тема, основное содержание урока	Кол-во часов
	Подготовка к активному отдыху на природе	6 ч.
1	Природа и человек.	1 ч.
2	Ориентирование на местности.	1 ч.
3	Определение своего местонахождения.	1 ч.
4	Подготовка к выходу на природу.	1 ч.
5	Определение места для бивака и организация бивачных работ.	1 ч.
6	Определение необходимого снаряжения для похода.	1 ч.
	Активный отдых на природе и безопасность.	5 ч.
7	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.	1 ч.
8	Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности.	1 ч.
9	Подготовка и проведение лыжных походов.	1 ч.
10	Водные походы и обеспечение безопасности на воде.	1 ч.
11	Велосипедные походы и безопасность туристов.	1 ч.
	Дальний (внутренний) и выездной туризм и меры безопасности.	6 ч.
12	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем (внутреннем) и выездном туризме.	1 ч.
13	Акклиматизация человека в различных климатических условиях.	1 ч.
14	Акклиматизация в горной местности.	1 ч.
15	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.	1 ч.
16	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте.	1 ч.
17	Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте.	1 ч.
	Обеспечение безопасности при автономном существовании.	4 ч.
18	Автономное существование человека в природе.	1 ч.
19	Добровольная автономия человека в природной среде.	1 ч.
20	Вынужденная автономия человека в природной среде.	1 ч.
21	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.	1 ч.
	Опасные ситуации в природных условиях.	4 ч.

22	Опасные погодные условия.	1 ч.
23	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.	1 ч.
24	Укусы насекомых и защита от них.	1 ч.
25	Клещевой энцефалит и его профилактика.	1 ч.
	Первая помощь при неотложных состояниях.	4 ч.
26	Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях.	1 ч.
27	Оказание первой помощи при травмах.	1 ч.
28	Оказание первой помощи при тепловом и солнечной ударе, отморожении и ожоге.	1 ч.
29	Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых.	1 ч.
	Здоровье человека и факторы, на него влияющие.	6 ч.
30	Здоровый образ жизни и профилактика утомления.	1 ч.
31	Компьютер и его влияние на здоровье.	1 ч.
32	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	1 ч.
33	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.	1 ч.
34	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека.	1 ч.
35	Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ.	1ч.

Тематическое планирование

7 класс

№	Тема, основное содержание урока	Кол- во часов
	Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера.	3 ч.
1	Различные природные явления.	1 ч.
2	Общая характеристика природных явлений.	1 ч.
3	Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера.	1 ч.
	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения	3 ч.
4	Землетрясение. Причины возникновения и возможные последствия.	1 ч.
5	Правила безопасного поведения населения при землетрясении.	1 ч.
6	Расположение вулканов на Земле, извержение вулканов.	1 ч.
	Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения.	2 ч.
7	Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия.	1 ч.
8	Смерчи.	1 ч.
	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения.	5 ч.
9	Наводнения. Виды наводнений и их причины.	1 ч.
10	Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения.	1 ч.
11	Сели и их характеристика.	1 ч.
12	Цунами и их характеристика.	1 ч.
13	Снежные лавины.	1 ч.
	Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения.	3 ч.
14	Лесные и торфяные пожары и их характеристика.	1 ч.
15	Инфекционная заболеваемость людей и защита населения.	1 ч.
16	Эпизоотии и эпифитотии.	1 ч.

	Защита населения от ЧС геологического происхождения.	3 ч.
17	Защита населения от последствий землетрясения.	1 ч.
18	Последствия извержения вулканов. Защита населения.	1 ч.
19	Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения.	1 ч.
	Защита населения от ЧС метеорологического происхождения	1 ч.
20	Защита населения от последствий ураганов и бурь.	1 ч.
	Защита населения от ЧС гидрологического происхождения.	3 ч.
21	Защита населения от последствий наводнений.	1 ч.
22	Защита населения от последствий селевых потоков.	1 ч.
23	Защита населения от цунами.	1 ч.
	Защита населения от природных пожаров.	1 ч.
24	Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения.	1 ч.
	Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму.	3 ч.
25-26	Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность.	2 ч.
27-28	Роль нравственных позиций и личных качеств подростков в формировании антитеррористического поведения.	2 ч.
	Здоровый образ жизни и его значение для гармонического развития человека.	3 ч.
29	Психическая уравновешенность.	1 ч.
30	Стресс и его влияние на человека.	1 ч.
31	Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.	1 ч.
	Первая помощь при неотложных состояниях.	4 ч.
32	Общие правила оказания первой помощи.	1 ч.
33	Оказание первой помощи при наружном кровотечении.	1 ч.
34	Оказание первой помощи при ушибах и переломах.	1 ч.
35	Общие правила транспортировки пострадавшего.	1 ч.