

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №6»  
Партизанского городского округа  
Приморского края

УТВЕРЖДАЮ  
Директор МБОУ «СОШ №6» ПГО

\_\_\_\_\_ Е.М.Штурмина

Приказ №187-а от 31 августа 2023 года

## **Рабочая программа**

Предмет: «**Основы безопасности жизнедеятельности**»

Класс **6**

Уровень **ООО (базовый) ФГОС ООО**

Количество часов по параллелям **34**

Количество часов в неделю по параллелям **1**

Учитель (Ф.И.О) **Белицкий Виталий Владимирович**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа разработана на основе: Федерального Государственного образовательного стандарта основного общего образования, программы по учебным предметам ОБЖ для общеобразовательных школ (сборник - М.: Просвещение 2010.), полностью отражающей содержание Примерной программы, с дополнениями, не превышающими требования к уровню подготовки обучающихся в условиях реализации стандартов второго поколения в образовательном процессе.

Рабочая программа по ОБЖ для 6 класса разработана в соответствии с:

1. Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»,
3. Основной образовательной программой основного общего образования МБОУ СОШ№6 ПГО;
4. Учебным планом на 2023-2024 учебный год МБОУ СОШ№6 ПГО.

На основе:

- Примерной программы основного общего образования по учебным предметам. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы. Проект - М.: Просвещение, 2010 г.( Стандарты второго поколения)
- Рабочей программы. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы. Предметная линия учебников под редакцией А.Т. Смирнова. ФГОС. -М.: Просвещение. 2018 г.
- Учебника авт. Основы безопасности жизнедеятельности Смирнов А.Т., Хренников Б.О.. ФГОС. 6 класс. -М.: Просвещение. 2018 г.

Учебный курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной школе строится так, чтобы были достигнуты следующие цели:

- безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- принятие учащимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи, справедливости судов и ответственности власти;
- антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких учебных задач, как:

- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких учебных задач, как:

- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

В целях подготовки учащихся к безопасной жизнедеятельности в реальной окружающей их среде – природной, техногенной и социальной, в предметную область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» из части, формируемой участниками образовательных отношений включен предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» в объеме 1 час в неделю в 5– 7-х классах.

На изучение основ безопасности жизнедеятельности в 6 классе отводится 34 часа. Рабочая программа предусматривает обучение основам безопасности жизнедеятельности в объёме 1 часа в неделю в течение 1 учебного года.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Изучение курса основ безопасности жизнедеятельности в основной школе направлен на достижение следующих результатов:

### **Личностные результаты:**

*Ученик получит возможность:*

- *усвоить правила индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;*
- *понимать ценности здорового и безопасного образа жизни;*
- *развить правовое мышление и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формировать нравственные чувства и нравственное поведение, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;*
- *формировать коммуникативные компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;*

- *формировать основы экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;*
- *осознавать значения семьи в жизни человека и общества, принимать ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;*
- *формировать антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.*

#### **Метапредметные результаты:**

Ученик научится:

- *определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;*
- *планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;*
- *оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;*
- *владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;*
- *создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;*
- *осваивать приёмы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;*
- *уметь взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.*

Ученик получит возможность научиться:

- *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;*
- *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;*
- *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;*
- *развивать компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;*

## **Предметные результаты:**

Ученик научится:

- формировать убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимать личную и общественную значимость современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- формировать установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- понимать необходимость сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знать основные опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- знать и уметь применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- уметь принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Ученик получит возможность научиться:

- *понимать роль 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;*
- *уметь оказывать первую помощь пострадавшим;*
- *уметь предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;*

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **Раздел I. Основы комплексной безопасности (25 ч)**

#### **Тема 1. Подготовка к активному отдыху на природе (6ч)**

Природа и человек. Особенности природной среды. Необходимость сохранения окружающей природной среды.

Ориентирование на местности. Понятие ориентирования на местности. Способы определения сторон горизонта в дневное и ночное время.

Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Определение своего местонахождения с помощью карты. Способы ориентирования карты: по компасу, по линиям местности, по направлениям на местные предметы. Движение по маршрутам по азимуту.

Подготовка к выходу на природу. Порядок и содержание предварительной подготовки к выходу на природу. Распределение обязанностей между участниками похода. Требования к определению района похода и к маршруту движения. Режим похода.

Определение места для бивака и организация бивачных работ. Понятие «бивак». Выбор места для бивака. Организация основных бивачных работ: заготовка топлива, разведение костра, приготовление пищи.

Определение необходимого снаряжения для похода. Особенности подбора и подготовки к походу туристского снаряжения в зависимости от условий похода. Одежда туриста, требования к ней. Комплект аптечки первой помощи.

## **Тема2.Активный отдых на природе и безопасность (4ч)**

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе. Общие правила безопасного поведения во время активного отдыха на природе. Необходимость тщательной подготовки к любому выходу на природу. Значение соблюдения правил личной безопасности в походе.

Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности. Особенности пешеходного туризма. Порядок движения туристов по равнинной и горной местности. Обеспечение безопасности туриста в пешем походе по равнинной и горной местности.

Подготовка и проведение лыжных походов. Особенности подготовки и проведения лыжных походов. Особенности экипировки и снаряжения туриста-лыжника. Режим движения лыжника. Обеспечение безопасности туриста-лыжника в походе.

Водные походы и обеспечение безопасности на воде. Особенности водного туризма. Требования к уровню подготовки туриста-водника. Этапы подготовки к водному походу. Правила безопасного поведения на воде во время похода.

Велосипедные походы и безопасность туристов. Основные особенности велосипедного туризма и требования, предъявляемые к его участникам. Мероприятия, проводимые при подготовке к велосипедному походу. Обеспечение безопасности, в том числе личной, участников велосипедного похода.

## **Тема3.Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности (6 ч)**

Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем (внутреннем) и выездном туризме. Общие представления о дальнем и выездном туризме. Влияние дальних поездок на здоровье человека. Общие правила подготовки к дальнему и выездному туризму. Личная безопасность человека в дальнем и выездном туризме.

Акклиматизация человека в различных климатических условиях. Акклиматизация- неизбежный процесс, происходящий в организме человека, связанный с приспособлением организма к новым климатическим условиям. Факторы, влияющие на акклиматизацию человека. Особенности акклиматизации к условиям холодного климата, жаркого климата.

Общие правила поведения человека в новых климатических условиях для обеспечения его личной безопасности.

Акклиматизация в горной местности. Особенности климатических условий в горах. Влияние высоты на организм человека. Горная болезнь. Особенности акклиматизации в горах.

Обеспечение личной безопасности с учетом колебаний температуры воздуха, солнечной радиации и влажности воздуха в горах.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта. Общие меры по обеспечению безопасности пассажиров при следовании к местам отдыха различными видами транспорта. Правила по обеспечению личной безопасности при поездке к месту отдыха в автомобиле, в железнодорожном транспорте.

Обеспечение личной безопасности на водном транспорте. Способы и средства по обеспечению безопасности пассажиров на водном транспорте. Общие правила безопасного поведения пассажиров на корабле. Рекомендации по обеспечению личной безопасности пассажира при кораблекрушении.

Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте. Обеспечение безопасности пассажиров на воздушном транспорте. Правила поведения пассажира после посадки в самолет. Рекомендации по безопасному поведению пассажира при возникновении аварийной ситуации в полете.

#### **Тема4.Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде (4 ч)**

Автономное существование человека в природе. Понятие об автономном существовании человека в природной среде. Добровольное и вынужденное автономное существование человека в природной среде. Умения и качества человека, необходимые для успешного автономного существования в природе.

Добровольная автономия человека в природной среде. Содержание добровольной автономии человека (группы людей) в природной среде, основные цели добровольной автономии. Характерные примеры добровольного существования человека (группы людей) в природной среде. Предварительная всесторонняя подготовка к добровольной автономии, ее значение.

Вынужденная автономия человека в природной среде. Влияние вынужденной автономии на состояние человека. Задачи, которые приходится решать человеку в условиях вынужденной автономии. Правила безопасного поведения в условиях вынужденной автономии.

Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. Умения, которыми должен овладеть человек для безопасного существования в природной среде: сооружение временного укрытия из подручных средств; способы добывания огня; способы обеспечения питьевой водой.

#### **Тема5.Опасные ситуации в природных условиях (4 ч)**

Опасные погодные явления. Влияние погодных условий на безопасное пребывание человека в природной среде. Характерные признаки ухудшения погоды. Безопасное поведение во время грозы. Безопасное поведение во время пурги.

Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Опасности, возникающие при неожиданной встрече с дикими животными в природной среде. Рекомендации специалистов по безопасному поведению в природных условиях при встрече с дикими животными. Меры безопасности при встрече со змеей.

Укусы насекомых и защита от них. Кровососущие насекомые и средства защиты от них. Жалящие насекомые и защита от них. Лесные клещи, места их обитания, опасность их укуса.

Клещевой энцефалит и его профилактика. Опасность для здоровья человека в случае заражения клещевым энцефалитом. Пути заражения клещевым энцефалитом. Меры профилактики клещевого энцефалита.

#### **Раздел 5. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (4 ч)**

#### **Тема6.Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни (4 ч)**

Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях. Основные правила личной гигиены, которые необходимо соблюдать в походной жизни.

Умение оказать первую помощь (самопомощь и взаимопомощь) и обеспечить безопасность туриста. Индивидуальная аптечка, ее предназначение и содержание.

Оказание первой помощи при травмах. Оказание первой помощи при ссадинах и потертостях. Оказание первой помощи при ушибах и вывихах. Оказание первой помощи при растяжениях и разрывах связок.

Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и термическом ожоге. Причины, способствующие возникновению в походных условиях теплового и солнечного ударов, отморожения и термического ожога. Внешние проявления и состояния человека при возникновении условиях теплового и солнечного ударов, отморожения и термического ожога.

Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и термическом ожоге.

Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых. Рекомендации по правилам оказания первой помощи при укусах змей и насекомых. Последовательность и правила оказания первой помощи при укусах змей и насекомых.

### **Тема7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие (6 ч)**

Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека. Утомление, его причины и возможные последствия. Профилактика утомления.

Компьютер и его влияние на здоровье. Роль компьютера в жизни современного человека. Влияние работы за компьютером на здоровье человека. Безопасный режим работы школьника за компьютером.

Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Зависимость здоровья человека от состояния окружающей среды. Влияние производственной деятельности человека на загрязнение окружающей природной среды. Пути повышения устойчивости организма человека к неблагоприятному воздействию на него внешней среды.

Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека. Сущность и значение социального развития человека. Формирование социальной зрелости учащегося.

Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека. Психоактивные вещества и наркотики. Наркомания и механизм формирования наркотической зависимости. Основные причины распространения наркомании.

Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ. Первая проба наркотиков – начало развития наркомании. Четыре правила «Нет наркотикам!»

## **Календарно – тематическое планирование по ОБЖ**

Класс: 6

Количество часов: 34

Всего: 34 часа, в неделю 1 час.



## Административных контрольных работ: 3

Планирование составлено на основе: Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности и гражданина России, Фундаментального ядра содержания общего образования, Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ г. Партизанска «СОШ № 6» ПГО, авторской программы "Основы безопасности жизнедеятельности, 5-9 классы: программа", сост. А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. - М.: " Просвещение ", 2018 г.

Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности: 6 класс: учебник для общеобразовательных организаций / А.Т. Смирнов Б.О. Хренников/Под ред. А. Т. Смирнова; - 3-е издание-М.: Просвещение, 2018.

### *Календарно-тематическое планирование по ОБЖ, 6 класс, ФГОС СОО, (1 час в неделю, всего 34 часа)*

№ урока	№ раздела	ТЕМА УРОКА	Кол-во часов	Дата проведения
	<b>Р-1</b>	<b>Основы комплексной безопасности (25ч)</b>		
	<b>Тема 1</b>	<b>Подготовка к активному отдыху на природе (6ч)</b>		
1	1.1	Природа и человек	1	
2	1.2	Ориентирование на местности	1	
3	1.3	Определение своего местонахождения и направления движения на местности	1	
4	1.4	Подготовка к выходу на природу	1	
5	1.5	Определение места для бивака и организация бивачных работ	1	
6	1.6	Определение необходимого снаряжения для похода	1	
	<b>Тема 2</b>	<b>Активный отдых на природе и безопасность(4ч)</b>		
7	2.1	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе	1	
8	2.2	Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности	1	
9	2.3	Подготовка и проведение лыжных походов	1	
10	2.4	Водные походы и обеспечение безопасности на воде, велосипедные походы и безопасность туристов.	1	
	<b>Тема 3</b>	<b>Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности (6ч)</b>		
12	3.1	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме	1	
13	3.2	Акклиматизация человека в различных климатических условиях	1	
14	3.3	Акклиматизация в горной местности	1	

№ урока	№ раздела	ТЕМА УРОКА	Кол-во часов	Дата проведения
15	3.4	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта	1	
16	3.5	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте	1	
17	3.6	Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте	1	
	<b>Тема 4</b>	<b>Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде (4ч)</b>		
18	4.1	Автономное существование человека в природе	1	
19	4.2	Добровольная автономия человека в природной среде	1	
20	4.3	Вынужденная автономия человека в природной среде	1	
21	4.4	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании	1	
	<b>Тема 5</b>	<b>Опасные ситуации в природных условиях (4ч)</b>		
22	5.1	Опасные погодные явления	1	
23	5.2	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях	1	
24	5.3	Укусы насекомых и защита от них	1	
25	5.4	Клещевой энцефалит и его профилактика	1	
		Обобщение и систематизация знаний по Р-I		
	<b>Р-V</b>	<b>Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи (4ч)</b>		
	<b>Тема 6</b>	<b>Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни (4ч)</b>		
26	6.1	Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях	1	
27	6.2	Оказание первой медицинской помощи при травмах	1	
28	6.3	Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге	1	
29	6.4	Оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых	1	
	<b>Р-IV</b>	<b>Основы здорового образа жизни (6ч)</b>		
	<b>Тема 7</b>	<b>Здоровье человека и факторы, на него влияющие (6ч)</b>		
30	7.1	Здоровый образ жизни и профилактика утомления	1	
31	7.2	Компьютер и его влияние на здоровье	1	
32	7.3	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	1	
33	7.4	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека	1	
34	7.5	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека	1	
35	7.6	Профилактика употребления наркотиков и других	1	

№ урока	№ разде- ла	ТЕМА УРОКА	Кол-во часов	Дата проведения
		ПСИХОАКТИВНЫХ ВЕЩЕСТВ.		
		<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>	