

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Наеждинская средняя общеобразовательная школа
МО Дубенский район Тульской области**

РАССМОТРЕНО
ШМО учителей
гуманитарного цикла
Протокол № 1
 Г.Н.
Амбарникова

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора
по УВР
 Е.Н.Агеева

УТВЕРЖДЕНО
и.о. директора школы
 А.Ю.Жмыхова
Приказ № 76 от 28.08.2023 г.

**Рабочая программа внеурочной деятельности
по основам безопасности жизнедеятельности
5-6 класс**

Учитель: Логачев Ю.А.

д.Наеждино 2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена в соответствии с Федеральным законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», ФГОС ООО, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1897 от 17.12.2010 г. (с изменениями и дополнениями от 29.12.2014 г, 31.12.2015 г), в соответствии с приказами Министерства образования и науки Российской Федерации от 20.05.2020 № 254 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, концепции духовно-нравственного воспитания и развития личности гражданина России, авторской программы под ред. Н.Ф. Виноградовой., планируемых результатов основного общего образования и ориентирована на работу по учебно–методическому комплекту:

1. Основы безопасности жизнедеятельности : 5-9 классы: рабочая программа /под ред. Н.Ф. Виноградовой. - Москва: Вентана - Граф, 2019 .
2. Виноградова Н.Ф. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-7 классы: учебник / Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В. Сидоренко, А.Б. Таранин и др.– 4-е издание, стереотипное – М.: Просвещение, 2022 год.
3. Виноградова Н.Ф. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-9 классы: методическое пособие / Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов.— М.: Вентана - Граф, 2019 год.

Цель:

формирование у обучающихся основных понятий об опасных и чрезвычайных ситуациях в повседневной жизни, об их последствиях для здоровья и жизни человека.

Задачи:

- сформировать у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности окружающих;
- развивать способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных и угрожающих жизни условиях и умения адекватно реагировать на различные опасные ситуации с учётом своих возможностей;
- формировать у обучающихся антиэкстремистское и антитеррористическое поведение, отрицательное отношение к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков.

Место курса в учебном плане

В соответствии с Федеральным государственным образовательным

стандартом основного общего образования и Примерной основной образовательной программой основного общего образования в учебный план для обязательного изучения включен предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» в 8—9 классах. На его изучение отводится 1 час в неделю, т. е. за два года обучения — 68 часов (по 34 часа на каждый год обучения). С учётом особенностей региона, его природных условий, географического положения, плотности населения, наличия промышленных объектов, которые представляют потенциальную опасность для возникновения чрезвычайных ситуаций МКОУ Надеждинская СОШ увеличила количество часов и организовала изучение данного предмета, начиная с 5 класса. В соответствии с календарным учебным графиком школы на 2022 – 2023 учебный год и производственным календарём на 2022 – 2023 год в рабочей программе запланировано 68 часов (по 34 часа на каждый год обучения по 1 часу в неделю). Содержание обучения будет реализовано в полном объёме.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРЕДМЕТА

Личностные результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- освоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 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 интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств 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, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Результатами изучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5 классе является формирование универсальных учебных действий.

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;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналоги, 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: 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 и развитие 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 во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Познавательные УУД:

- Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления, выявлять причины и следствия простых явлений.

- Осуществлять сравнение, классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций; строить классификацию на основе дихотомического деления (на основе отрицания).

- Строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.

- Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта.

- Составлять тезисы, различные виды планов (простых, сложных и т.п.), преобразовывать информацию из одного вида в другой.

- Уметь определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность.

- Подготовка кратких сообщений с использованием естественнонаучной лексики и иллюстративного материала (в том числе компьютерной презентации в поддержку устного выступления);

- Использование дополнительных источников информации;

- Выдвижение гипотезы на основе житейских представлений или изученных закономерностей.

Коммуникативные УУД:

- самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе;

- оценка собственного вклада в деятельность группы сотрудничества;

- самооценка уровня личных учебных достижений по предложенному образцу;

- корректное ведение учебного диалога при работе в малой группе сотрудничества.

Предметные результаты:

Учащиеся научатся:

- объяснять смысл основных понятий (в рамках изученного материала);

- характеризовать государственную политику, связанную с предотвращением различных чрезвычайных ситуаций и борьбой с ними (в рамках изученного материала);

- раскрывать особенности семьи как социального института; характеризовать факторы благополучных взаимоотношений в семье;

- выявлять факторы, влияющие на здоровье и благополучие человека;

- раскрывать особенности организации безопасного туризма, отдыха, игр и занятий;

- классифицировать и характеризовать виды чрезвычайных ситуаций, особенности каждого вида;

- анализировать и оценивать ситуации, связанные с опасностями для здоровья и жизни человека в близком окружении и в масштабах региона;
- различать чрезвычайные ситуации разного вида (природные, биологические, техногенные, социальные); приводить примеры разных видов чрезвычайных ситуаций;
- предвидеть возможные последствия своих действий и поведения;
- проявлять желание противостоять негативным влияниям окружающей социальной среды, коллектива сверстников, взрослых;
- организовывать режим, двигательную активность, закаливание и др.;
- проявлять разумную предосторожность в выборе мест для игр, пользовании бытовыми электроприборами;
- ориентироваться в дорожной обстановке, соблюдать правила дорожного движения;
- оказывать первую помощь в различных чрезвычайных ситуациях.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Введение	1
2	Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя	19
3	Мой безопасный дом	4
4	Школьная жизнь	10
Итого		34

6 класс

№ п/п	Тема	Количество часов
1	Введение	1
2	На игровой площадке	4
3	На природе	12
4	Туристический поход	9
5	Когда человек сам себе враг	8
Итого		34

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

5 класс

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».

Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя

Особенности организма человека. Организм человека как единое целое. Функции разных систем органов тела. Почему нужно знать свой организм. Укрепление нервной системы, тренировка сердца, дыхательной системы. Принципы рационального питания. Первая помощь при отравлении и пищевой аллергии.

Здоровье органов чувств. Охрана органов чувств. Первая помощь при попадании в глаз инородного тела.

Как вести здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье. Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши).

Движение — это жизнь. Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.

Закаливание как условие сохранения и укрепления здоровья. Правила закаливания младшего подростка.

Компьютер и здоровье. Правила безопасного пользования компьютером. Виды занятий, снимающих утомление.

Мой безопасный дом

Безопасный дом. Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры и мытья посуды. Животные и насекомые, распространяющие инфекцию (мыши, тараканы, клопы). Техника безопасности в доме. Первая помощь при ушибах, отравлении химическими веществами (парами клея, краски, газом) и поражении электрическим током.

Школьная жизнь

Выбор пути: безопасная дорога в школу. Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения. Дорожное движение в населённом пункте и за городом. Безопасная дорога. Выбор безопасного пути в школу. Правила поведения на дорогах и улицах. Оценка пешеходом дорожной ситуации. «Дорожные ловушки» — способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций. Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира в разных видах транспорта.

Правила поведения в школе. Общие правила поведения в школьном помещении и во дворе школы. Поведение на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой. Может ли общение привести к беде. Первая помощь при сотрясении мозга, ушибах и кровотечении. Помощь заболевшему ребёнку.

Ориентирование в школьных помещениях. Меры предупреждения пожаров, правила эвакуации при пожаре. Помощь при отравлении угарным газом и при ожогах.

Практические работы

Измерение пульса, проверка выносливости; тренировка дыхательной системы; проверка степени загрязнения воды; анализ режима питания; овладение приёмами тренировки глаз; проверка уровня физической подготовки учащегося; составление программы закаливания; освоение правил пользования компьютером; выбор безопасного маршрута от дома до школы; оценка дорожной обстановки; освоение правил дорожного движения; выбор правильного решения в конфликтной ситуации; эвакуация из здания школы; действия при пожаре в школе

Проектная деятельность по теме «Органы чувств человека».

6 класс

Содержание курса «Основы безопасности жизнедеятельности» Введение

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».

На игровой площадке

Подготовка к прогулке. Выбор одежды и обуви с учётом погоды и планируемых подвижных игр.

Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием на площадке, при езде на велосипеде. Зимние игры, безопасность при езде на санках-ледянках. Первая помощь при переломах и вывихах. Поиск подростками «приключений»: оправдан ли риск.

Животные на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой. Первая помощь при укусе собаки.

На природе

Ориентирование на местности. Что такое ориентир. Ориентирование по компасу, Солнцу и часам; Полярной звезде; местным признакам. Измерение расстояния на местности.

Опасности, которые могут встретиться во время прогулок. Общие правила поведения во время экскурсий на природу. Правила поведения в экстремальных ситуациях (при потере ориентиров на незнакомой местности и др.). Опасные встречи (животные, насекомые, змеи). Первая помощь при укусе насекомого, змеи. Правила поведения на водоёмах. Выбор и оценка места для купания. Первая помощь при судорогах, солнечном ударе, утоплении. Оценка состояния льда в осеннее и весеннее время. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные преграды.

Туристический поход: радость без неприятностей

Правила организации безопасного туристического похода. Подготовка к походу: сбор снаряжения, продуктов. Одежда и обувь для похода. Правила упаковки рюкзака. Спальный мешок.

Режим дня в туристическом походе. Правила организации режима дня путешественника: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий и игр.

Первая помощь при потёртостях кожи, пищевых отравлениях, ожогах. Походная аптечка. Лечебные травы.

Когда человек сам себе враг

При каких обстоятельствах человек сам себе враг. Вредные привычки и пагубные последствия курения и употребления алкоголя для растущего организма.

Практические работы

Оказание первой помощи при лёгких травмах; оказание первой помощи при переломах; оценка поведения собаки; выбор ориентиров на местности; ориентирование на местности по компасу; определение сторон света по Солнцу и часам; определение сторон света по местным приметам; измерение расстояния шагами; оказание доврачебной помощи при укусах насекомых и змей; обучение приёмам искусственного дыхания; составление режима для многодневного туристического похода; определение отличительных признаков ядовитых грибов.

Проектная деятельность по темам «Курить — здоровью вредить», «Экскурсия в природу»

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 класс (34
часа)

№	Тема	Наименование разделов и тем	Количество часов
1.	Введение (1 час)	Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности»	1
2.	Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя (19 часов)	За что «отвечают» системы органов	1
3.		Укрепляем нервную систему	1
4.		Тренируем сердце. Практическая работа № 1 «Измерение пульса»	1
5.		Развиваем дыхательную систему. Практическая работа № 2 «Развиваем дыхательную систему»	1
6.		Питаемся правильно	1
7.		Питаемся правильно. Практическая работа № 3 «Проверим степень загрязнения воды»	1
8.		Практическая работа № 4 «Анализ режима питания»	1
9.		Здоровье органов чувств. Практическая работа № 5 «Тренировка глаз»	1
10.		Здоровье органов чувств. Медицинская страничка	1
11.		Проектная деятельность. Исследовательская деятельность по темам: «Слух человека и животных. Сравнительная характеристика»	1
12.		Исследовательская деятельность по темам: «Как сохранить обоняние?», «Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его»	1
13.		Что влияет на здоровье	1
14.		Чистота – залог здоровья	1
15.		Движение – это жизнь	1
16.		Поговорим о закаливании. Практическая работа № 6 «Составление программы закаливания»	1
17.		Компьютер и здоровье.	1
18.		Правила безопасного пользования компьютером	1
19.		Повторение и обобщение по пройденной теме	1
20.		Контрольная работа № 1 «Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя»	1

21.	Мой безопасный дом (4 часа)	Наводим в доме чистоту. Мыши, тараканы – животные не домашние!	1
22.		Моем посуду правильно	1
23.		Дела домашние: техника безопасности	1
24.		Контрольная работа № 2 «Мой безопасный дом»	1
25.	Школьная жизнь (10 часов)	Выбор пути: безопасная дорога в школу. Практическая работа № 7 «Выбор безопасного маршрута от дома до школы»	1
26.		Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения	1
27.		Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения. Практическая работа № 8 «Умеешь ли ты оценивать дорожную обстановку»	1
28.		Безопасная дорога. Практическая работа № 9 «Работаем с правилами дорожного движения РФ»	1
29.		Какие правила должен соблюдать пешеход?	1
30.		Правила поведения в школе	1
31.		Может ли общение привести к беде?	1
32.		Если в школе пожар... Правила поведения при пожаре	1
33.		Итоговое тестирование за курс ОБЖ 5 класса	1
34.		Практическая работа № 10 «Изучаем план эвакуации школы»	

6 класс (34 часа)

№	Тема	Наименование разделов и тем	Количество часов
1	Введение (1 час)	Введение.	1
2	На игровой площадке (4 часа)	Подготовка к прогулке	1
3		Как вести себя на игровой площадке	1
4		Зимние игры	1
5		Собака не всегда друг. Стоит ли бездумно рисковать?	1
6	На природе (12 часов)	Что такое ориентир. Практическая работа № 1 «Учимся выбирать ориентиры»	1
7		Ориентирование по компасу. Практическая работа № 2 «Овладение навыками работы с компасом»	1

8		Ориентирование без компаса. Практическая работа № 3 «Определение сторон света по местности»	1
9		Измерение расстояний на местности. Практическая работа № 4 «Измерение расстояния шагами»	1
10		Если вы заблудились в лесу	1
11		Общие правила поведения во время прогулок на природе.	1
12		Помощь при укусах	1
13		Вода таит опасности	1
14		Чтобы забава не обернулась бедой	1
15		Практическая работа № 5 «Делаем искусственное дыхание»	1
16		Переправа	1
17		Контрольная работа по темам «На игровой площадке» и «На природе»	1
18	Туристический поход (9 часов)	Перед походом	1
19		Подбираем снаряжение	1
20		Об одежде и обуви для туризма	1
21		Походная аптечка	1
22		Медицинская страничка «В походе пригодиться»	1
23		Практическая работа № 6 «Составляем режим дня для многодневного похода»	1
24		Походная еда	1
25		Съедобные и ядовитые грибы.	1
26		Контрольная работа по теме «Туристический поход»	1
27	Когда человек самсебе враг (8 часов)	Алкоголь наносит удары по организму	1
28		Стоит ли рисковать?	1
29		Стоит ли калечить свою жизнь?	1
30		Никогда, ни при каких обстоятельствах!	1
31		Курение убивает	1
32		Проектная работа «Какие вредные вещества содержатся в одной сигарете?»	1
33		Повторение курса ОБЖ за 6 класс	1
34		Итоговое тестирование за курс ОБЖ 6 класса	1

ФОРМЫ КОНТРОЛЯ И ВАРИАНТЫ ЕГО ПРОВЕДЕНИЯ

Текущий контроль осуществляется с помощью устного опроса, контрольного диктанта.

Тематический контроль осуществляется по завершении крупного блока (темы) в форме тестирования, выполнения практической работы,

защита проектных работ.

Итоговый контроль (итоговая аттестация) осуществляется по завершении учебного материала в форме итогового тестирования, зачетные работы.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Учебно-методический комплект по основам безопасности жизнедеятельности

— Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В., Сидоренко Л. В., Таранин А. Б. Основы безопасности жизнедеятельности. 5—7 классы: учебник. — М.: Просвещение.

Программы, методические и учебные пособия

— Н. Ф. Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В., Таранин А. Б. Основы безопасности жизнедеятельности. 5—7 классы: рабочая программа. — М.: Вентана-Граф.

— Виноградова. Основы безопасности жизнедеятельности. 5—7 классы: методическое пособие. — М.: Вентана-Граф.