

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Тульской области**

**МОУ Узловский район**

**МКОУ ООШ № 27**

**РАССМОТРЕНО**

педагогическим  
советом

\_\_\_\_\_

Протокол №1 от «31»  
августа 2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

Зам.директора по УВР

\_\_\_\_\_

С.В.Бурцева

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор МКОУ  
ООШ№27

\_\_\_\_\_

И.Е.Рыслева  
Приказ№1 от «31» августа  
2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Личная безопасность»**

для обучающихся 6 классов

**г.Узловая 2023**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного курса «Личная безопасность» для **6 класса** (далее – Рабочая программа) составлена на основе авторской образовательной программы под общей редакцией А.Т. Смирнова (программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-11 классов общеобразовательных учреждений, авторы А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников, М.В. Маслов //Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-11 классы /под общей редакцией А.Т. Смирнова. - М.: Просвещение, 2011).

Преподавание предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» реализуется в общеобразовательном учреждении в объеме 1 часа в неделю **за счет части учебного плана, формируемого участниками образовательного процесса**, 35 часов в год.

Для реализации Рабочей программы используется учебно-методический комплект, включающий: школьный учебник для **6 класса** «Основы безопасности жизнедеятельности» (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под редакцией Смирнова А.Т. Москва. Издательство «Просвещение», 2008 г.), включённый в Федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях в 2013-2014 г.

Содержание программы направлено на освоение обучающимися знаний, умений и навыков на базовом уровне, что соответствует Образовательной программе школы. Она включает все темы, предусмотренные региональным компонентом государственного образовательного стандарта основного общего образования по «личной безопасности» и авторской программой учебного курса. Изменений в авторскую образовательную программу под общей редакцией А.Т. Смирнова (программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-11 классов общеобразовательных учреждений) не внесено.

Курс «Личная безопасность» предназначен для воспитания личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества.

### **Цели и задачи программы обучения:**

#### **Задачи:**

- 1.Формирование у обучающихся научных представлений о принципах и путях снижения фактора риска в деятельности человека и общества;
2. Выработка умений предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и адекватно противодействовать им;
3. Формирование у обучающихся модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, а также развитие способностей оценивать опасные ситуации, принимать решения и действовать безопасно с учетом своих возможностей.

#### **Цели:**

1. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера; их влиянии на безопасность личности, общества и государства; о здоровье человека и здоровом образе жизни (ЗОЖ), об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

2. Развитие личных, духовных и физических качеств, обеспечивающих безопасное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. Воспитание ценностного отношения к человеческой жизни, личному и общественному здоровью.

3. Развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в ЧС; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении ЗОЖ.

4. Овладение умениями оценивать возникающие ситуации, опасные для жизни и здоровья; умело действовать в ЧС; оказывать ПМП пострадавшим.

5. Развивать умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников.

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности.

#### **Формы занятий, используемые при обучении:**

- учебные и учебно-тренировочные занятия с элементами моделирования опасных и экстремальных ситуаций;
- подготовка индивидуальных рефератов;
- индивидуальные консультации;
- практические занятия;

## **СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ УЧЕБНОГО КУРСА**

### **Количество учебных часов, на которое рассчитана рабочая программа**

№ модуля раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Авторская программа	Рабочая программа	Практические занятия
<i><b>Р- I</b></i>	<i><b>Основы комплексной безопасности</b></i>	<b>25</b>	<b>25</b>	
Тема 1	Подготовка к активному отдыху на природе	6	6	1
Тема 2	Активный отдых на природе и безопасность	5	5	
Тема 3	Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности	6	6	
Тема 4	Обеспечение безопасности при автономном	4	4	

	существовании человека в природной среде			
Тема 5	Опасные ситуации в природных условиях	4	4	
<b><i>P- IV</i></b>	<b><i>Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи</i></b>	<b>4</b>	<b>4</b>	
Тема 6	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях	4	4	3
<b><i>P- III</i></b>	<b><i>Основы здорового образа жизни.</i></b>	<b>6</b>	<b>6</b>	
Тема 7	Здоровье человека и факторы на него влияющие	6	6	
<b>Всего часов:</b>		<b>35</b>	<b>35</b>	<b>4</b>

## Раздел I. Основы комплексной безопасности

### Тема 1. Подготовка к активному отдыху на природе.

Природа и человек. Общение с живой природой – естественная потребность человека для развития своих духовных и физических качеств. Виды активного отдыха на природе и необходимость подготовки к нему.

Способы ориентирования на местности, определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.

Подготовка к выходу на природу. Порядок движения на маршруте. Порядок определения места для бивака. Особенности разведения костра и приготовления пищи. Определение необходимого снаряжения для похода.

### Тема 2. Активный отдых на природе и безопасность.

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.

Подготовка снаряжения и обеспечение безопасности в пеших и горных походах. Порядок движения походной группы. Режим и распорядок дня похода. Преодоление лесных зарослей и завалов, водных препятствий, движение по склонам.

Подготовка снаряжения и обеспечение безопасности в лыжном походе. Организация движения и ночлегов.

Подготовка снаряжения к водному походу и обеспечение безопасности на воде.

Подготовка снаряжения и обеспечение безопасности при велосипедном походе.

### Тема 3. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности.

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных климатических условиях: к холодному климату, к жаркому климату, в горной местности. Общие правила безопасности в дальнем и выездном туризме.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта (автомобилем, железнодорожным транспортом).

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

#### Тема 4. Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде.

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 пищей и водой. Подача сигналов бедствия.

#### Тема 5. Опасные ситуации в природных условиях.

Опасные погодные условия и способы защиты от них.

Меры личной безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Укусы насекомых и защита от них. Способы профилактики клещевого энцефалита.

## **Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

#### Тема 6. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях.

Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи в природных условиях. Состав походной аптечки. Лекарственные растения и их использование.

Правила оказания ПМП при ссадинах и потертостях, ушибах, вывихах и растяжениях связок.

Правила оказания ПМП при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге.

Правила оказания ПМП при укусах ядовитых змей и насекомых.

#### Тема 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие.

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

Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека. Стадии развития наркомании. Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ. Правила четырех «Нет!» наркотикам.

## **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

№ урока	Номер раздела, темы, урока	Тема урока	Кол-во часов на тему	Примечание	Дата
	<b>Р - I</b>	<b>Основы комплексной</b>	<b>25</b>		

		<b>безопасности</b>			
	<b>Тема 1</b>	<b>Подготовка к активному отдыху на природе</b>	<b>6</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 (практическое занятие)	1		
4.	1.4	Подготовка к выходу на природу	1		
5.	1.5	Определение необходимого снаряжения для похода	1		
6.	1.6	Определение места для бивака и организация бивачных работ.	1		
	<b>Тема 2</b>	<b>Активный отдых на природе и безопасность</b>	<b>5</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 проведения лыжных походов	1		
10.	2.4	Водные походы и обеспечение безопасности на воде	1		
11.	2.5	Велосипедные походы и безопасность туристов	1		
	<b>Тема 3</b>	<b>Дальний</b>	<b>6</b>		

		<b>(внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности</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		
15.	3.4	Обеспечение личной безопасности при следовании наземными видами транспорта	1		
16.	3.5	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте	1		
17.	3.6	Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте			
	<b>Тема 4</b>	<b>Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде</b>	<b>4</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</b>	<b>4</b>		
22.	5.1	Опасные погодные явления	1		
23.	5.2	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными	1		
24.	5.3	Укусы насекомых и защита от них	1		
25.	5.4	Клещевой энцефалит и его профилактика	1		
	<b>М - II</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</b>	<b>10</b>		
	<b>Р- IV</b>	<b>Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи</b>	<b>4</b>		
	<b>Тема 6</b>	<b>Первая медицинская помощь при неотложных состояниях</b>	<b>4</b>		
26.	6.1	Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях	1		
27.	6.2	Оказание первой медицинской помощи при травмах (практическое занятие)	1		
28.	6.3	Оказание первой медицинской помощи	1		



		помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге (практическое занятие)			
29.	6.4	Оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых	1		
	<b>Р- III</b>	<b>Основы здорового образа жизни</b>	<b>6</b>		
	<i>Тема 7</i>	<i>Здоровье человека и факторы, на него влияющие</i>	<i>5</i>		
30.	7.1	Здоровый образ жизни и профилактика утомлений	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.		Повторение курса ОБЖ	1		
		<b>Всего часов:</b>	<b>35</b>		