

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Тульской области

Отдел образования комитета по отдельным вопросам АМО

Кимовский район

МКОУ Львовская СОШ

РАССМОТРЕНО
Методическим объединением
учителей

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР

УТВЕРЖДЕНО
Директор

Горшкова Н.И.

Киреева Ю.А

Зимов А.В.

Протокол №1
От «28» 08.2023 г.

Протокол №1
от «30» 08.2023 г.

Приказ №50
от «01» 09.2023 г.

МКОУ Львовская СОШ

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Внеурочной деятельности

«Основы безопасности личности, общества и государства»

Для 5-7 классов основного общего образования

на 2023-2024 учебный год

Составитель: Полякова Валентина Ивановна

Учитель физической культуры

Львово 2023 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа «Основы безопасности личности, общества и государства» для 5-7 классов составлена на основе следующих документов и методических материалов:

1. Федерального закона «Об образовании» в Российской Федерации № 273-ФЗ от 29 декабря 2012 г.
2. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 (с изменениями от 29 декабря 2014 г. N 1644, 31 декабря 2015 г. N 1577).
3. Рабочей программы Миронов С.К. Латчук В.Н «Основы безопасности жизнедеятельности 5-7 класс». -Дрофа:2014г.

Основное общее образование — вторая ступень общего образования. Одной из важнейших задач этого этапа является подготовка обучающихся к осознанному и ответственному выбору жизненного и профессионального пути. Обучающиеся должны научиться самостоятельно ставить цели и определять пути их достижения, использовать приобретенный в школе опыт деятельности в реальной жизни, в том числе и за рамками учебного процесса.

Рабочая программа разработана в соответствии с федеральным Государственным стандартом образования. Программа рассчитана на 34 часа из расчета 1 час в неделю в 5, 6, 7 классах, итого 102 часа.

Цели изучения основ безопасности жизнедеятельности:

- Овладение знаниями о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций, влиянии их последствий на безопасность личности, общества, государства.
- Формирование современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности ,здорового образа жизни, индивидуальной системы защищенности жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз
- Формирование умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления
- Освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях , формирование умений выработать план действий в конкретной опасной ситуации.

Учебно-методический комплект

1. В.В Поляков, М.И Кузнецов, В.В. Марков, В.Н. Латчук «Основы безопасности жизнедеятельности» 5кл. Учебник для общеобразовательных учреждений. М.Дрофа .2021г.

2. А.Г. Маслов, М.И. Кузнецов, В.В. Марков, В.Н. Латчук «Основы безопасности жизнедеятельности» 6 кл. Учебник для общеобразовательных учреждений. М.Дрофа .2017г.
3. Вангородский С.Н., М.И. Кузнецов, Марков В.В., Латчук В.Н. Основы безопасности жизнедеятельности» 7кл. Учебник для общеобразовательных учреждений. М.Дрофа .2014г.
4. В.Н.Латчук, В.В Марков «Основы безопасности жизнедеятельности» Методическое пособие 5-9 класс М.Дрофа 2014г.
5. Дидактические материалы В.Н Латчук В.В. Марков «Основы безопасности жизнедеятельности», 5-9 классы. Издательство «Дрофа»

Планируемые результаты освоения программы по основам безопасности жизнедеятельности

Рабочая программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенции. В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего образования являются:

Личностные результаты обучения

- Развитие личностных, в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз.
- Формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления ,потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности
- Воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей среды, личностному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Предметные результаты обучения

- Формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- Понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защищенности населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера от экстремизма и терроризма
- Понимание необходимости обороны государства и подготовки граждан к военной службе
- Знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства.
- Формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребления алкоголя ,наркотиков ,курения и нанесения иного вреда здоровью
- Формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции
- Понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека
- Знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера включая экстремизм, терроризм и их последствия для личности, общества и государства.
- Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций
- Умение оказать первую помощь пострадавшим
- Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления ,а также информации получаемой из различных источников

- Умение принимать обоснованные решения в конкретной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки

Метапредметными результатами обучения являются

- Овладение умениями формулировать личностные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно – следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- Овладение навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и 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;
- Приобретение опыта самостоятельного поиска и анализа в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий
- Развитие умения выражать свои мысли и способности , слушать собеседника ,принимать его точку зрения, признавать право другого человека на его мнение
- Освоение приемов и действий в опасных чрезвычайных ситуациях и в ситуациях природного техногенного и социального характера;
- Формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации ЧС;
- Формирование духовно-нравственных качеств для снижения опасности быть вовлеченными в экстремистскую и террористическую деятельность.

Основное содержание тем учебного предмета 5 класс

Личная безопасность в повседневной жизни (11 ч)

Город как источник опасности

Особенности города как среды обитания человека. Источники опасности в современном городе. Зоны повышенной опасности (транспорт, места массового скопления людей, улицы, парки, скверы). Системы обеспечения безопасности города (милиция, пожарная охрана, скорая помощь, служба спасения, коммунальные и другие службы).

Опасные ситуации в доме (в квартире)

Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения (водо- и электроснабжение, отопление, канализация). Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные аварийные и опасные ситуации в жилище. Опасные вещества и средства бытовой химии. Последствия, возникающие при нарушении правил пользования ими. Действие опасных веществ и препаратов бытовой химии на организм человека и правила оказания помощи при отравлениях и ожогах. Взрывы в жилищах и их причины. Обрушение конструкций, правила безопасного поведения при взрывах и обрушениях конструкций. Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Последствия пожаров. Меры пожарной безопасности при эксплуатации электробытовых и газовых приборов, отопительных печей. Правила безопасного поведения при пожаре в доме (квартире, подъезде, балконе, подвале), а также в многоэтажном здании. Как действовать, если на человеке загорелась одежда или в комнате - электроприбор (телевизор, приемник, магнитофон, компьютер), елка. Способы эвакуации из горящего здания. Освоение практических навыков по использованию первичных средств пожаротушения. Затопление

жилища. Причины и возможные последствия. Правила поведения при затоплении жилища и меры по его предотвращению. Опасности, возникающие при нарушении правил обращения с электрическими и электронными приборами. Основные виды электрических и электронных приборов, используемых в быту. Правила безопасного использования электрических и электронных приборов.

Опасные ситуации на улице

Тонкий лед и опасность передвижения по нему. Меры предосторожности при движении по льду. Правила безопасного поведения в толпе. Психологическая картина толпы. Поведение толпы при возникновении паники. Рекомендации по правилам безопасного поведения в толпе.

Безопасность на транспорте (6ч)

Современный транспорт - зона повышенной опасности. Правила безопасного поведения пешехода на дорогах. Краткая характеристика современных видов транспорта - общественного (автобус, трамвай, троллейбус, метро), железнодорожного, авиационного, водного. Правила поведения пассажира во время следования железнодорожным, водным и авиационным транспортом. Правила безопасного поведения в аварийных ситуациях. Краткая характеристика пожарной опасности современного транспорта: общественного (автобус, трамвай, троллейбус, метро), железнодорожного, водного, авиационного. Правила безопасного поведения в случае возникновения пожара в транспорте.

Опасные ситуации социального характера (4ч)

Поведение человека при захвате его террористами в качестве заложника. Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов. Правила поведения, уменьшающие риск встречи с насильниками и хулиганами. Внешние признаки людей, способных совершить насильственные действия. Самооценка поведения. Психологические приемы самозащиты. Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде, лифте. Правила общения с незнакомым человеком по телефону.

Изменение среды обитания человека обитания в городе (3ч)

Биосфера и человек. Влияние деятельности человека на окружающую среду. Загрязнение атмосферы, воды и почвы.

Защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени (2ч)

Изучение средств индивидуальной защиты органов дыхания (противогаз ГП-7, детский противогаз ПДФ-Ш). Их применение.

Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (3ч)

Общая характеристика повреждений и их последствий для здоровья человека. Основные правила оказания первой медицинской помощи при повреждениях различных видов. Характеристика различных видов кровотечений и их причины. Способы остановки кровотечений (давящая повязка, наложение жгута, пережатие артерии, сгибание конечности).

Основы здорового образа жизни (5ч)

Движение - естественная потребность организма как высокоорганизованной биологической системы. Избыток и недостаток движения - причина заболеваний человека. Правила безопасного использования электронных приборов. Компьютер и здоровье. Половое

просвещение учащихся и его роль в формировании здоровья. Изменения в организме, происходящие при половом созревании, и половые различия опорно-двигательного аппарата, внутренних органов и психики. Факторы, формирующие репродуктивное здоровье.

Календарно-тематическое планирование 5 класс

№ уро ка	Тема урока. Виды деятельности	Кол-во часов	Дата
1	Особенности города как среды обитания человека.	1	
2	Система обеспечения безопасности в городе.	1	
3	Опасные и аварийные ситуации в доме.	1	
4	Пожар.	1	
5	Затопление квартиры.	1	
6	Электричество.	1	
7	Опасные вещества и продукты питания.	1	
8	Взрыв и обрушение дома.	1	
9	Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи)	1	
10	Опасность толпы. Урок ситуация	1	
11	Собака бывает кусачей	1	
12	Организация дорожного движения причины и последствия ДТП. Презентация	1	
13	Безопасное поведение пешеходов и пассажиров. Презентация	1	
14	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.	1	
15	Железнодорожный транспорт.	1	
16	Авиационный транспорт.	1	
17	Морской и речной транспорт.	1	
18	Психологические основы самозащиты. Презентация	1	
19	Ситуации криминогенного характера в доме. Презентация	1	
20	Криминогенные ситуации на улице. Опасные домогательства.	1	
21	Правила поведения при захвате в заложники. Презентация	1	
22	Загрязнение воды.	1	
23	Загрязнение воздуха.	1	
24	Загрязнение почвы.	1	
25	Фильтрующие противогазы.	1	
26	Пользование противогазом. Практическое занятие	1	
27	Виды ранений, их причины и первая помощь. Презентация Практическое занятие	1	
28	Общая характеристика кровотечений. Презентация	1	
29	Первая помощь при кровотечении. Презентация. Практическое занятие	1	
30	Движение и здоровье.	1	
31	Нарушения осанки и причины их возникновения. Презентация	1	

32	Телевизор и компьютер — друзья или враги?	1	
33	Развитие и изменение организма в вашем возрасте.	1	
34	Физическое и нравственное взросление человека.	1	

Основное содержание тем учебного предмета 6 класс

Экстремальные ситуации в природных условиях(16ч) Основные виды экстремальных ситуаций. Факторы и стрессоры выживания. Психологические основы выживания в природных условиях. Страх- психологический враг. Подготовка к походу. Одежда и обувь в походе. Поведение в экстремальной ситуации. Действия при потере ориентировки. Способы ориентирования. Техника движения в природных условиях .Сооружение жилища использование огня. Обеспечение питанием и водой. Поиск и приготовление пищи. Особенности водных, велосипедных и лыжных походов. Безопасность на водоемах. Сигналы бедствия.

Безопасность на дальнем и международном туризме(2ч)

Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме. Акклиматизация в различных природно-климатических условиях.

Безопасность в чрезвычайных ситуациях(3ч)

Коллективные и индивидуальные средства защиты. Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств. Взрывы в местах массового скопления людей.

Основы медицинских знаний и оказание ПМП (8ч)

Средства оказания ПМП. Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей. Первая помощь при ожогах. Тепловой и солнечный удар. Обморожение и охлаждение. Беда на воде. Закрытые травмы. Способы переноски пострадавших.

Основы здорового образа жизни(5ч)

Правильное питание-основа здорового образа жизни человека. Значение белков жиров и углеводов в питании человека. Гигиена и культура питания. Особенности подросткового возраста.

Календарно-тематическое планирование 6 класс

№ уро ка	Тема урока. Тип урока	Кол-во часов	Дата
1	Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях. Презентация	1	
2	Факторы и стрессоры выживания в природных условиях.	1	
3	Психологические основы выживания в природных условиях.	1	
4	Страх – главный психологический враг.	1	
5	Подготовка к походу и поведение в природных условиях. Презентация	1	
6	Надежные одежда и обувь – важное условие безопасности. Презентация	1	
7	Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях. Презентация	1	
8	Действия при потере ориентировки. Презентация	1	
9	Способы ориентирования и определение направления движения.	1	

10	Техника движения в природных условиях. Презентация	1	
11	Сооружение временного жилища. Презентация	1	
12	Обеспечение питанием и водой. Презентация	1	
13	Поиск и приготовление пищи. Презентация	1	
14	Особенности лыжных, водных и велосипедных походов.	1	
15	Безопасность на водоемах.	1	
16	Сигналы бедствия. Презентация	1	
17	Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме.	1	
18	Акклиматизация в различных природно-климатических условиях. Презентация	1	
19	Коллективные и индивидуальные средства защиты. Практическое занятие	1	
20	Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств. Презентация	1	
21	Взрывы в местах массового скопления людей.	1	
22	Средства оказания первой помощи Презентация	1	
23	Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей. Презентация. Практическое занятие	1	
24	Первая помощь при ожогах. Презентация. Практическое занятие	1	
25	Тепловой и солнечный удар	1	
26	Обморожение и общее охлаждение организма Презентация	1	
27	Беда на воде. Презентация.	1	
28	Закрытые травмы. Презентация.	1	
29	Способы переноски пострадавших. Презентация. Практическое занятие	1	
30	Правильное питание – основа здорового образа жизни.	1	
31	Значение белков, жиров и углеводов в питании человека. Гигиена и культура питания.	1	
32	Гигиена и культура питания.	1	
33	Особенности подросткового возраста.	1	
34	Практические занятия по отработке специальных навыков	1	

Основное содержание тем учебного предмета 7 класс

Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях природного характера(27 ч)

Чрезвычайные ситуации природного характера и их классификация. Причины, правила поведения, происхождение землетрясений. Оценка последствий землетрясений. Общее понятие о вулканах и меры по уменьшению потерь от извержения вулканов. Оползни, сели, обвалы, снежные лавины и их последствия. Правила безопасного поведения при оползнях, обвалах и снежных лавинах. Происхождение, классификация и последствия ураганов бурь и смерчей. Виды наводнений. Правила безопасного поведения и последствия наводнений.

Причины, последствия и правила безопасного поведения при цунами. Причины ,последствия и правила безопасного поведения при природных пожарах. Эпизоотии, эпидемии, эпифитотии.

Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера(3ч)

Человек и стихия. Характер и темперамент. Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии.

Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (2 ч)

Правила наложения повязок. Первая помощь при переломах ,переноска пострадавших.

Основы здорового образа жизни (2ч)

Режим-необходимое условие здорового образа жизни. Профилактика переутомления и содержание режима дня.

Календарно-тематическое планирование 7 класс

№ ур о ка	Тема урока. Тип урока	Кол-во часов	Дата
1	Понятие о чрезвычайных ситуациях.	1	
2	Происхождение и классификация землетрясений Презентация	1	
3	Оценка землетрясений их последствия и меры по уменьшению потерь Презентация	1	
4	Правила безопасного поведения при землетрясениях Презентация	1	
5	Общее понятие о вулканах	1	
6	Меры по уменьшению потерь от извержения вулканов Презентация	1	
7	Оползни Презентация	1	
8	Сели Презентация	1	
9	Обвалы Презентация	1	
10	Снежные лавины	1	
11	Последствия оползней, обвалов, снежных лавин Презентация	1	
12	Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей обвалов ,снежных лавин. Презентация	1	
13	Происхождение ураганов бурь смерчей	1	
14	Классификация ураганов бурь смерчей	1	
15	Последствия ураганов бурь смерчей и меры по уменьшению ущерба от них Презентация	1	
16	Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов бурь смерчей Презентация	1	
17	Виды наводнений Презентация	1	
18	Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них	1	
19	Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений Презентация	1	
20	Причины и классификация цунами Презентация	1	
21	Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них Презентация	1	
22	Правила безопасного поведения при цунами Презентация	1	

	Практическое занятие		
23	Причины природных пожаров	1	
24	Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение Презентация	1	
25	Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожаров Презентация	1	
26	Эпидемии, эпизоотии, эпифитотии	1	
27	Защита от инфекционных заболеваний людей животных и растений. Презентация	1	
28	Человек и стихия	1	
29	Характер и темперамент	1	
30	Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии	1	
31	Правила наложения повязок Презентация Практическое занятие	1	
32	Первая помощь при переломах, переноска пострадавших Презентация Практическое занятие	1	
33	Режим-необходимое условие здорового образа жизни	1	
34	Профилактика переутомления и содержание режима дня	1	

Характеристика контрольно-измерительных материалов

Проверка и оценка текущих занятий происходит в устной или письменной форме. Письменные работы проводятся по значимым темам или разделам ОБЖ в конце триместра и учебного года. Контрольно- измерительные материалы разделены на два блока: по требованиям не подлежащим формализованному итоговому контролю и аттестации «Выпускник получит возможность научиться» и требования и к результатам, подлежащим проверке и аттестации-«Выпускник научится». Для контроля письменных знаний используется дидактический материал В.Н Латчук В.В.Марков «Основы безопасности жизнедеятельности», 5-7 классы. Издательство «Дрофа». Письменные работы проводятся в виде тестовых заданий с различными уровнями сложности для каждого класса.

	<p>материалом и материалом, усвоенным при изучении других предметов; если учащийся допустил одну ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно или с небольшой помощью учителя.</p>
Оценка «3»	<p>Ставится, если учащийся правильно понимает суть рассматриваемого вопроса, но в ответе имеются отдельные пробелы в усвоении вопросов курса ОБЖ, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; умеет применять полученные знания при решении простых задач с использованием стереотипных решений, но затрудняется при решении задач, требующих более глубоких подходов в оценке явлений и событий; допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более двух-трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов; допустил четыре или пять недочетов</p>
Оценка «2»	<p>Ставится, если учащийся не овладел основными знаниями и умениями в соответствии с требованиями программы и допустил больше ошибок и недочетов, чем необходимо для оценки 3</p>
Оценка «1»	<p>Ставится в том случае, если ученик не может ответить ни на один из поставленных вопросов</p>

Учебно-методический комплект

1. В.В Поляков, М.И Кузнецов, В.В. Марков, В.Н. Латчук «Основы безопасности жизнедеятельности» 5кл. Учебник для общеобразовательных учреждений. М.Дрофа .2014г.
2. А.Г. Маслов, М.И. Кузнецов, В.В. Марков, В.Н. Латчук «Основы безопасности жизнедеятельности» 6 кл. Учебник для общеобразовательных учреждений. М.Дрофа .2017г.
3. Вангородский С.Н., М.И. Кузнецов, Марков В.В., Латчук В.Н. Основы безопасности жизнедеятельности» 7кл. Учебник для общеобразовательных учреждений. М.Дрофа .2014г.
4. Евлахов В.М. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 – 11 классы: тематическое планирование. – М.: Дрофа.
5. Фролов М.П. Безопасное поведение на дорогах. 5 – 10 классы: программы дополнительного образования. – М.: Дрофа.
6. Евлахов, В. М. Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности.: 5-9 классы. - М.: Дрофа.
7. Латчук В.Н., Миронов С.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека: учебно-методическое пособие. – М.: Дрофа.
8. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 – 9 классы: электронное пособие. – М.: Дрофа
9. В.Н.Латчук, В.В Марков «Основы безопасности жизнедеятельности» Методическое пособие 5-9 класс М.Дрофа 2014г.
10. Дидактические материалы В.Н Латчук В.В. Марков «Основы безопасности жизнедеятельности», 5-9 классы. Издательство «Дрофа»