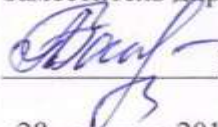




Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение Бучальская средняя общеобразовательная школа

<p><b>Принято</b> педагогическим советом школы</p> <p>Протокол № 8 от «28» августа 2017 г.</p>	<p><b>«Согласовано»</b> Заместитель директора по УВР</p> <p> Бахтина А.В. «28» августа 2017 г.</p>	<p><b>«Согласовано»</b> Заместитель директора по УВР</p> <p> Попова Н.С. Приказ № 1 от «01» сентября 2017 г.</p> 
--------------------------------------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

# **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

## **по основам безопасности жизнедеятельности**

### **в 6 классе**

учителя первой квалификационной категории

Зайцева С. Н.

2017-2018 учебный год

## **Пояснительная записка**

### **6 класс**

Рабочая программа по ОБЖ составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (утвержден Приказом № 1897 Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г.);
- Закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» №273 ФЗ от 29.12.2012 г.;
- Образовательной программы МКОУ Бучальской СОШ;
- Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных предметов и курсов;
- Федерального перечня учебников, рекомендуемых Министерством образования и науки Российской Федерации;
- примерной программы по ОБЖ для 5–9 классов общеобразовательных учреждений Латчук, Миронов, Вангородский.

### **Цели и задачи**

#### **Цели основного общего образования:**

- 1) формирование целостного представления о мире, основанного на приобретенных знаниях, умениях и способах деятельности;
- 2) приобретение опыта разнообразной деятельности, опыта познания и самопознания;
- 3) подготовка к осуществлению осознанного выбора индивидуальной образовательной или профессиональной траектории.

#### **Общие цели изучения ОБЖ призваны способствовать:**

- повышению уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формированию антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечению профилактики асоциального поведения учащихся.

#### **Достижение этих целей обеспечивается решением таких учебных задач:**

- формирование у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- воспитание антитеррористического поведения и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

### **Общая характеристика**

Рабочая программа предназначена для изучения ОБЖ в 6 классе основной общеобразовательной школы по учебнику Полякова В.В., Кузнецова М.И., Маркова В.В., Латчука В.Н. «Основы безопасности жизнедеятельности» 6 класс, Дрофа, 2014 г. Учебник соответствует федеральному компоненту государственного образовательного стандарта основного общего образования по ОБЖ и реализует авторскую программу В.Н.Латчука, входит в федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях, на 2016-2017 учебный год. Учебник «ОБЖ» 6 класс имеет гриф «Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации».

### **Место предмета в учебном плане**

В соответствии с федеральным базисным учебным планом для основного общего образования программа рассчитана на преподавание курса ОБЖ в 6 классе в объеме 35 часов, 1 час в неделю, что соответствует учебному плану МКОУ Бучальской СОШ на 2017 – 2018 учебный год.

### **Планируемые результаты изучения предмета ОБЖ**

#### Личностные результаты:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности 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.

#### 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:

##### 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 вырабатывать 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.

## **Содержание программы**

### **Основы безопасности личности, общества и государства.**

#### **Экстремальные ситуации в природных условиях.**

**Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях.** Понятие об опасной и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе (смена климатогеографических условий, резкое изменение природных условий, требующие экстренной медицинской помощи заболевания или повреждения, вынужденное автономное существование) и их причины. Наиболее распространенные случаи вынужденного автономного существования: потеря ориентировки на местности, отставание от группы, авария транспортного средства в малонаселенной местности. Понятие о выживании.

**Факторы и стрессоры выживания в природных условиях.** Причины, влияющие на поведение человека, — факторы выживания. Группы факторов выживания: личностные, природные, материальные, постприродные. Понятие о стрессорах выживания. Различные стрессоры и способы их побороть.

**Психологические основы выживания в природных условиях.** Свойства человеческой психики, помогающие выживать. Как развивать в себе полезные способности и черты (внимание и наблюдательность, ощущение и восприятие, память и мышление, установку на выживание). Как воспользоваться ими в условиях вынужденного автономного существования.

**Страх — главный психологический враг.** Страх и его негативное влияние на человека в опасной ситуации. Паника и оцепенение как опасные состояния. Способы побороть страх. Как работа над собой повышает шансы выжить в экстремальных ситуациях. Систематическое воспитание воли.

**Подготовка к походу и поведение в природных условиях.** Основные способы избежать экстремальных ситуаций в природных условиях. Подготовка к походу: обеспечение безопасности, распределение обязанностей, продуктов и снаряжения, выбор маршрута.

Правила безопасного поведения на природе: соблюдение дисциплины, передвижение группой, внимательность, бережное отношение к природе, соблюдение границ полигона, поиск и запоминание ориентиров.

**Надежная одежда и обувь — важное условие безопасности.** Требования к одежде и обуви. Правила ухода за одеждой и обувью (проветривание и просушивание) в походе. Особенности подготовки к походу в зимнее время.

**Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях.** Основные правила поведения в экстремальной ситуации. Правила поведения в случае аварии самолета или автомобиля, при стихийном бедствии. Принятие решения двигаться к населенному пункту или оставаться на месте. Правила безопасного поведения: оборудование аварийного лагеря, назначение командира, распределение обязанностей, предотвращение конфликтов.

**Действия при потере ориентировки.** Основные правила поведения в случае, когда человек заблудился. Как вспомнить пройденный путь, оценить расстояние до источников звука и света, воспользоваться маркировкой маршрутов. Чего нельзя делать, если вы заблудились. Определение направления по встреченным дорогам и тропам, ручьям и рекам. Выход к населенному пункту в зимнее время по лыжне. Определение направления выхода при отставании в походе от группы.

**Способы ориентирования и определение направления движения.** Ориентирование по компасу, по собственной тени, по звездам, по часам. Ориентирование по местным признакам: таянию снега, густоте травы, влажности земли, строению муравейника, расположению мхов и т. д. Движение по азимуту с использованием двух ориентиров,

**Техника движения в природных условиях.** Правила безопасного движения по склонам холмов и гор, вдоль ручья. Способы переправы через реку. Особенности передвижения в зимнее время: по снегу, руслам замерзших рек, по льду. Преодоление заболоченных участков.

**Сооружение временного жилища, добывание и использование огня.** Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища. Виды и способы сооружения временного жилища в летнее и зимнее время (шалаш, навес, иглу). Особенности укрытий в горах. Выбор места и правила разведения костра (в том числе в ненастную погоду и зимнее время). Соблюдение мер пожарной безопасности. Виды костров и их назначение. Способы разжигания и сохранения огня.

**Обеспечение питанием и водой.** Чувство голода и обеспечение питанием из резервов природы. Обеспечение водой из водоемов, снега, льда. Способы добывания воды, ее очистка и обеззараживание в условиях вынужденного автономного существования.

**Поиск и приготовление пищи.** Кипячение воды и приготовление растительной пищи при отсутствии посуды. Способы приготовления на костре корней и клубней, рыбы, мелких животных. Основные правила рыбалки.

**Особенности лыжных, водных и велосипедных походов.** Подготовка к лыжным походам: тренировки, выбор одежды и обуви, группового снаряжения. Правила безопасного поведения в водном походе. Подготовка к велосипедному походу, основные правила безопасности.

**Безопасность на водоемах.** Виды опасности на воде. Правила безопасного поведения на зимних водоемах (при передвижении по льду). Правила безопасного поведения на водоемах летом (при купании).

**Сигналы бедствия.** Способы подачи сигналов бедствия. Специальные знаки международной кодовой таблицы символов. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств.

Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме.

**Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме.** Понятие о дальнем и международном туризме. Факторы, влияющие на его безопасность (заболевания, травматизм, стихийные бедствия, политическая ситуация в стране пребывания и др.).

**Акклиматизация в различных природно-климатических условиях.** Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Рекомендации по адаптации к смене часовых поясов и климата. Акклиматизация в условиях жаркого климата, горной местности, Севера.

### Безопасность в чрезвычайных ситуациях.

**Коллективные и индивидуальные средства защиты.** Устройство убежища, порядок его заполнения и правила поведения в нем. Что запрещено при нахождении в убежище. Как пользоваться поврежденным противогазом. Замена поврежденного противогаза на исправный в условиях зараженного воздуха.

**Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств.** Правила безопасного поведения при захвате. Порядок действий во время операции по освобождению заложников.

**Взрывы в местах массового скопления людей.** Места массового скопления людей. Проявление бдительности как мера предотвращения терактов. Признаки установки взрывного устройства. Правила безопасного поведения при непосредственной угрозе взрыва и после него.

### Оказание первой помощи и здоровый образ жизни.

#### Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.

**Средства оказания первой помощи.** Аптечка первой помощи (походная). Комплектование походной аптечки лекарственными средствами и средствами оказания первой помощи. Использование лекарственных растений для оказания первой помощи.

**Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей.** Укусы насекомых и их последствия для организма человека. Оказание первой помощи при укусах ядовитого насекомого. Как уберечься от укуса клеща и вызываемого им энцефалита. Признаки укуса ядовитой змеей и правила оказания первой помощи укушенному. Меры предосторожности от укусов ядовитых змей.

**Первая помощь при ожогах.** Термический ожог. Степени ожогов и их признаки. Первая помощь при ожогах кожи. Солнечный ожог, его признаки и первая помощь при нем.

**Тепловой и солнечный удар.** Понятие о тепловом и солнечном ударе. Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Меры предупреждения их наступления.

**Обморожения и общее охлаждение организма.** Понятие об обморожении. Степени обморожения и их признаки. Оказание первой помощи при общем охлаждении и обморожении.

**Беда на воде.** Причины бедствий на воде. Признаки утопления. Оказание первой помощи при утоплении.

**Закрытые травмы.** Понятие о травме. Виды закрытых травм (ушиб, растяжение, разрыв, вывих, перелом, сдавление). Причины, вызывающие каждый вид травмы, признаки травм и оказание первой помощи.

**Способы переноски пострадавших.** Способы переноски (на шесте, носилках, в рюкзаке и др.). Изготовление переносных приспособлений.

#### Основы здорового образа жизни

**Правильное питание — основа здорового образа жизни.** Обмен веществ и энергии как основная функция организма человека. Калорийность продуктов питания. Суточная потребность человека в калориях. Соотношение расхода энергии к потребляемым калориям, избыток и недостаток их в рационе. Сбалансированное питание.

**Значение белков, жиров и углеводов в питании человека.** Белки, жиры и углеводы, их функция и содержащие их продукты. Витамины и их роль в развитии человека. Основные источники витаминов и минеральных веществ. Потребность подростка в воде.

**Гигиена и культура питания.** Основные гигиенические требования к питанию. Режим питания. Важность соблюдения культуры питания и основные правила этикета.

**Особенности подросткового возраста.** Развитие и изменение организма в подростковом возрасте. Изменение поведения. Как отстаивать свою точку зрения. Взаимоотношения с родителями.

Учебно-тематический план

	Тема	Кол-во часов	Проверочные работы
<b>Основы безопасности личности, общества и государства 23 ч.</b>			
1.	Экстремальные ситуации в природных условиях.	18	1
2.	Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме.	2	1
3.	Безопасность в чрезвычайных ситуациях.	3	1
<b>Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (12 ч)</b>			
4.	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.	8	1
5.	Основы здорового образа жизни.	4	2

### Тематическое планирование 6 класс

№ уро ка	Тема урока. Тип урока	Основное содержание темы термины и понятия	Характеристика деятельности учащихся	Планируемые результаты обучения			Дата пров еден ия
				предметные	метапредметные	личностные	
1	Основны е виды экстрема льных ситуаций в природны х условиях. Комбини рованный урок	Понятия о стихийном бедствии и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе и их причины. Понятие о вынужденном автономном существовании. Причины вынужденного автономного существования.	Характеризовать правила безопасного поведения человека в природной среде; о действиях людей, которые могут привести к экстремальной ситуации в природе. Учиться предвидеть опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность.	Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности. Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций	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	Развитие личностных ,в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз.	
2	Факторы и стрессоры выживания в природных условиях. Комбини рованный урок	Понятие о факторах выживания в природных условиях и их характеристика. Стрессоры выживания в природных условиях и их влияние на организм человека. Элементы выживания в условиях вынужденного автономного существования. Способы преодоления стрессоров выживания. Преодоление страха и	Изучать факторы, мешающие справиться с экстремальной ситуацией. <b>Использовать:</b> полученные знания для обеспечения личной безопасности в различных опасных ситуациях	Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности. Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций	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	Развитие личностных ,в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз.	



		стрессового состояния.					
3	Психологические основы выживания в природных условиях. Комбинированный урок	Психическое состояние человека при выживании в природных условиях. Понятие о психических познавательных процессах (внимание, ощущения и восприятие, память и мышление, воображение), их характеристика. Управление психическими познавательными процессами в экстремальных ситуациях. Психологическая установка на выживание в условиях природной среды и ее элементы.	Изучение психических познавательных процессов. Развивать способность управления психическими познавательными процессами.	Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности. Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций	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	Развитие личностных ,в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз.	
4	Страх – главный психологический враг. Комбинированный урок	Понятие о страхе и паническом поведении, их характеристика. Основные причины страха. Развитие черт характера, позволяющих преодолевать страх и выживать в сложных условиях. Роль волевых качеств человека в преодолении страха. Рекомендации по формированию волевых качеств.	Учиться выживать в окружающем нас мире вообще и в экстремальных ситуациях в частности. Характеристика черт характера преодолевающих страх.	Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности. Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций	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	Развитие личностных ,в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз.	
5	Подготов	Подготовка к походу –	Изучать принципы	Знание и умение	Овладение умениями	Развитие личностных	

	ка к походу и поведении в природных условиях. Практическое занятие	важный этап обеспечения безопасности. Формирование туристской группы. Выбор руководителя туристской группы и его обязанности. Определение целей и задач похода. Сбор сведений и изучение местности. Разработка маршрута. Приобретение продуктов питания. Подбор личного и группового туристского снаряжения, общие требования к нему. Правила безопасного поведения в природных условиях.	формирования туристической группы. Характеристика сведений и разработка маршрута	применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности.	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	,в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	
6	Надежные одежда и обувь – важное условие безопасности. Комбинированный урок	Требования к одежде и обуви. Выбор и подготовка одежды и обуви. Правила ухода за одеждой и обувью в условиях природной среды. Способы проветривания и просушивания одежды и обуви, особенности пользования одеждой и обувью в зимнее время.	Характеризовать правила выбора одежды и обуви. Изучать способы проветривания и просушки	Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности.	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	Развитие личностных ,в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угро	
7	Поведение в	Правила поведения в экстремальной ситуации	Характеризовать правила поведения в экстремальной	Знание и умение применять правила	Овладение умениями формулировать	Развитие личностных,в том	

	экстремальной ситуации в природных условиях. Комбинированный урок	в условиях природной среды. Первоочередные действия потерпевших бедствие при аварии транспортных средств и попавших в экстремальные условия на природе. Варианты выбора решения. Правила оборудования аварийного лагеря и действия членов группы при ожидании помощи на месте происшествия.	ситуации. Изучать правила оборудования лагеря.	поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности.	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	числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	
8	Действия при потере ориентировки. Практическое занятие	Потеря ориентировки как наиболее распространенная экстремальная ситуация в природе. Правила определения направления выхода. Определение примерного расстояния до источников звука и света. Определение направления выхода в ситуации, когда человек заблудился и не может найти свои следы. Правила поведения в случае отставания от группы. Особенности определения направления выхода в зимнее время.	Уметь выполнять действия при потере ориентировки. Изучать и характеризовать правила направления выхода.	Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности.	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	Развитие личностных, в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	
9	Способы ориентирования и определение	Понятие об ориентировании. Определение направления на север: по собственной тени, по	Изучать правила определения направления. Характеризовать способы определения сторон света	Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных	Овладение умениями формулировать личностные понятия о безопасности; анализировать причины	Развитие личностных, в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих	

	направление движения . Комбинированный урок	тени на шесте. Способы определения сторон света на местности. Правила ориентирования по компасу, по местным предметам. Азимут. Движение по азимуту.		ситуаций. Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности.	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	защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	
10	Ориентирование по Солнцу. Луне, звездам. Комбинированный урок	Ориентирование на местности по Солнцу и часам, по Луне и звездам. Ориентирование по местным признакам: деревьям и растениям, муравейникам и снегу.	Изучать способы ориентирования по небесным светилам и местным признакам.	Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности.	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	Развитие личностных ,в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	
11	Техника движения в природных условиях. Комбинированный урок	Техника передвижения в лесной местности. Техника передвижения в горной местности. Правила и техника переправы через водоемы и преодоления болот. Особенности передвижения в лесу зимой без лыж. Правила безопасного передвижения по руслам замерзших рек.	Осваивать способы передвижения в природных условиях. Характеризовать правила и технику переправы через препятствия.	Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности.	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	Развитие личностных ,в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	

					зрения, признавать право другого человека на его мнение Освоение приемов и действий в опасных чрезвычайных ситуациях и в ситуациях природного техногенного и социального характера		
12	Сооружение временного жилища. Комбинированный урок	Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища. Виды и способы сооружения временных жилищ в летнее время. Виды и способы сооружения временных жилищ зимой.	Изучать правила сооружения временных укрытий из подручных средств. Различать виды укрытий	Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности.	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 человек	Развитие личностных, в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	
13	Добывание и использование огня. Комбинированный урок	Выбор места и правила разведения костра. Особенности разведения костра в ненастную погоду и в зимнее время. Соблюдение мер пожарной безопасности. Виды костров, их назначение. Способы добывания огня в условиях вынужденного автономного существования. Способы сохранения огня.	Изучать способы добывания огня и разведения костра, правила пожарной безопасности при разведении костра.	Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности.	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	Развитие личностных, в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	

14	Обеспечение питанием и водой. Комбинированный урок	Правила обеспечения водой и питанием. Способы сохранения работоспособности при отсутствии пищи и воды в условиях вынужденного автономного существования. Обеспечение питанием из резервов природы при отсутствии продуктов питания. Съедобные растения, насекомые, животные. Правила поиска и сбора растительной пищи. Меры безопасности при употреблении растительной пищи. Обеспечение водой из водоемов, а также добытой из снега, льда. Способы добыwania воды, ее очистка и обеззараживание в условиях вынужденного автономного существования.	Описывать способы добыwania пищи в природных условиях, а также способы добыwania, очистки и обеззараживания воды.	Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности.	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	Развитие личностных, в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	
15	Поиск и приготовление пищи. Комбинированный урок	Правила использования съедобных растений в пищу. Способы кипячения воды и приготовления растительной пищи при отсутствии посуды. Способы и средства для приготовления пищи в полевых условиях. Охота и рыбалка.	Определять съедобные растения, грибы и ягоды. Различать способы и средства кипячения воды.	Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Понимание личной и общественной значимости современной культуры	Овладение умениями формулировать личностные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-	Развитие личностных, в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	

		Изготовление средств для рыбалки из подручных материалов. Основные правила рыбалки. Особенности приготовления на костре рыбы и мелких животных.		безопасности жизнедеятельности.	следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека		
16	Особенности лыжных, водных и велосипедных походов. Комбинированный урок	Опасные факторы природной среды, воздействующие на участника лыжного похода. Основные правила передвижения в лыжном походе. Средства передвижения, используемые в водных походах. Основные правила безопасности при организации и проведении водных походов. Подготовка к велосипедному походу. Выбор велосипеда для похода. Основные правила передвижения в велосипедном походе.	Различать опасные факторы внешней среды. Характеризовать правила передвижения при лыжном походе.	Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности	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	Развитие личностных ,в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	
17	Безопасность на водоемах. Комбинированный урок	Правила безопасного поведения и купания на водоемах в летнее время. Правила безопасного поведения на водоемах зимой. Правила безопасного поведения при передвижении по льду водоемов. Действия человека, провалившегося под лед.	Объяснять правила поведения на водоемах летом и зимой Применять правила взаимопомощи терпящим бедствие на воде	Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности	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	Развитие личностных ,в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	

					влияние на безопасность жизнедеятельности человека		
18	Сигналы бедствия. Комбинированный урок	Сигналы бедствия в условиях вынужденного автономного существования. Способы подачи сигналов бедствия. Сигнальные костры. Специальные знаки международной кодовой таблицы сигналов. Использование подручных средств для подачи сигналов бедствия. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств.	Изучать способы передачи сигналов бедствия. Осваивать сигналы бедствия по международной кодовой таблице.	Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности	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	Развитие личностных, в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	
19	Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме. Комбинированный урок	Понятие о дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме. Понятие о безопасности в туризме. Факторы, влияющие на безопасность внутреннего и выездного туризма. Правила поведения туриста в зарубежных поездках. Уважение к религии, обычаям и традициям местного населения.	Отрабатывать навыки выхода на природу. Распознавать опасные ситуации в природных условиях	Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности	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	Развитие личностных, в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	
20	Акклиматизация в различных	Смена климатогеографических условий. Факторы,	Распознавать факторы влияющие на здоровье. Характеризовывать	Знание и умение применять правила поведения в условиях	Овладение умениями формулировать личностные понятия о	Развитие личностных, в том числе духовно нравственных и	



	х природно - климатических условиях. Комбинированный урок	<p>влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Основные принципы адаптации при смене климатогеографических условий.</p> <p>Акклиматизация, общие понятия и определения. Смена часовых поясов. Смена климата. Рекомендации по адаптированию при смене часовых поясов и климата.</p> <p>Акклиматизация к условиям жаркого климата, условиям горной местности, условиям Севера. Требования к здоровью человека, которые необходимо учитывать при планировании смены климатогеографических условий.</p>	принципы адаптации.	<p>опасных и чрезвычайных ситуаций. Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности</p>	<p>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</p>	<p>физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз</p>	
21	Коллективные и индивидуальные средства защиты. Практическое занятие	<p>Понятие об убежище. Отдельно стоящие и встроенные убежища. Устройство убежища, порядок его заполнения и правила поведения в нем. Правила пользования поврежденным противогазом в непригодной для дыхания среде.</p>	<p>Изучать принципы устройства убежища и правила поведения в нем. Описывать правила использования СИЗ органов дыхания в непригодной для дыхания среде</p>	<p>Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности</p>	<p>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</p>	<p>Развитие личностных, в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз</p>	

				жизнедеятельности	опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека		
22	Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств. Комбинированный урок	Общие сведения об имевших место террористических акциях на транспортных средствах. Правила безопасного поведения пассажиров в момент захвата преступниками транспортного средства. Правила безопасного поведения человека, оказавшегося заложником в захваченном транспортном средстве. Правила безопасного поведения заложников во время операции по освобождению.	Изучать общие сведения о терактах. Осваивать правила поведения при захвате в заложники	Формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции. Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности	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	Формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления ,потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности	
23	Взрывы в местах массового скопления людей. Комбинированный урок	Понятия о местах массового скопления людей, Признаки, указывающие на возможную установку взрывных устройств. Правила поведения при обнаружении признаков взрывного устройства. Правила безопасного поведения: при непосредственной угрозе взрыва, после взрыва.	Характеризовать места скопления людей. Различать признаки взрывных устройств и правила поведения при взрыве.	Формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции. Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности	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	Формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления ,потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности	

				жизнедеятельности			
24	Средства оказания первой помощи Комбинированный урок	Комплектование походной аптечки лекарственными средствами и другими средствами оказания помощи. Использование лекарственных растений для оказания первой помощи в условиях вынужденного автономного существования.	Иметь знания о перевязочных и лекарственных средствах индивидуальной медицинской аптечки; о природных лекарственных средствах	Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Умение оказать первую помощь пострадавшим	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 личностных, в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	
25	Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей.	Признаки укуса насекомых. Оказание первой помощи при укусах насекомых. Клещевой энцефалит. Признаки укуса клещом. Оказание первой помощи при укусе	Различать признаки укуса насекомых и змей. Отрабатывать приемы оказания ПМП	Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Умение оказать первую помощь	Овладение умениями формулировать личностные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать	Развитие личностных, в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности	

	Практическое занятие	клещами. Как уберечься от энцефалита. Признаки укуса змеи. Оказание первой помощи пострадавшему, укушенному змеей.		пострадавшим	последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека	от внешних и внутренних угроз	
26	Первая помощь при ожогах. Комбинированный урок	Понятие о термических ожогах, их причины. Степени термических ожогов и их признаки. Оказание первой помощи при ожогах. Солнечный ожог. Воздействие солнечных лучей на организм человека. Рекомендации по предотвращению солнечных ожогов. Признаки солнечного ожога. Оказание первой помощи при солнечном ожоге.	Различать виды ожогов и их степень. Отрабатывать правила оказания ПМП при ожогах	Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Умение оказать первую помощь пострадавшим	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 личностных, в том числе духовно-нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	

27	Тепловой и солнечный удар. Комбинированный урок	Понятие о тепловом и солнечном ударе. Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Профилактика теплового и солнечного удара.	Изучать признаки теплового и солнечного удара. Различать понятия. Отрабатывать навыки оказания ПМП.	Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Умение оказать первую помощь пострадавшим	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	Развитие личностных ,в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	
28	Обморожение и общее охлаждение организма. Комбинированный урок	Общие сведения об обморожении и общем охлаждении организма. Причины обморожения и общего охлаждения организма. Степени обморожения и их признаки. Оказание первой помощи при общем охлаждении и обморожении.	Характеризовать причины и охлаждения. Различать их степени.	Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Умение оказать первую помощь пострадавшим	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	Развитие личностных ,в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	
29	Беда на воде. Практическое занятие	Основные причины бедствий на водоемах. Первоочередные действия человека, заметившего утопающего. Признаки утопления. Последовательность	Изучать правила поведения на воде и оказания помощи утопающему. <b>Владеть:</b> навыками оказания помощи утопающему; основными приемами реанимации	Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Умение оказать первую помощь	Овладение умениями формулировать личностные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать	Развитие личностных ,в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности	

		оказания первой помощи в таких случаях		пострадавшим	последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека	от внешних и внутренних угроз	
30	Закрытые травмы. Практическое занятие	Виды закрытых травм. Признаки закрытых травм и повреждений (ушибов, растяжений, разрывов связок и мышц, вывихов). Оказание первой помощи при закрытых травмах. Понятие о переломах. Понятие о сдавлении. Оказание первой помощи при сдавлении.	Различать виды закрытых травм. Распознавать их признаки. Осваивать правила применения ПМП.	Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Умение оказать первую помощь пострадавшим	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	Развитие личностных ,в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	
31	Способы переноски и пострадавших. Практическое занятие	Приемы и правила переноски пострадавших при отсутствии штатных (медицинских) средств транспортировки. Приемы и правила транспортировки пострадавших: на шесте, на носилках из шестов, на носилках-волокушах из длинных жердей, в рюкзаке.	Изучать правила переноски пострадавших. Различать приемы и правила транспортировки.	Знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций. Умение оказать первую помощь пострадавшим	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	Развитие личностных ,в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	

32	Правильное питание – основа здорового образа жизни. Комбинированный урок	Функции белка и их источники для организма человека. Функции жиров. Жиры растительного и животного происхождения. Источники жиров для организма человека. Функции углеводов и его источники для организма человека. Основные источники витаминов. Роль минеральных веществ в организме человека. Основные источники минеральных веществ. Роль воды в организме человека.	Иметь представление о правильном питании, как о важном составляющем здорового образа жизни. Изучать функции белков жиров и углеводов.	Формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя ,наркотиков ,курения и нанесения иного вреда здоровью.	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	Развитие личностных ,в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	
33	Значение белков, жиров и углеводов в питании человека. Гигиена и культура питания. Комбинированный урок	Основные гигиенические требования к питанию. Режим питания. Распределение калорийности по приемам питания и продолжительность приемов пищи. Понятие о культуре и этикете питания. Правила питания и соблюдения культуры питания.	Знать основное значение белков жиров и углеводов. Формировать режим питания.	Формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя ,наркотиков ,курения и нанесения иного вреда здоровью.	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	Развитие личностных ,в том числе духовно нравственных и физических качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	
34	Особенности подросткового	Особенности развития организма в подростковом возрасте. Изменение поведения в	Иметь представление об изменениях, происходящих в организме и в поведении подростков. Анализировать	Формирование установки на здоровый образ жизни,	Овладение умениями формулировать личностные понятия о безопасности;	Развитие личностных ,в том числе духовно нравственных и физических качеств,	

	возраста. Комбини рованный урок	подростковом возрасте. Отношения с родителями.	взаимоотношение с родителями	исключающий употребления алкоголя ,наркотиков , курения и нанесения иного вреда здоровью.	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	обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз	
--	------------------------------------------	------------------------------------------------------	------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

### Формы контроля

Проверочные работы, самостоятельные работы, индивидуальные задания, устный опрос, практические задания, выполнение нормативов в практических видах деятельности – главная составляющая учебного процесса.

Знания и умения обучающихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.

1. Оценку «5» получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает обучающийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.

2. Оценку «4» получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат, в общем, соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4» получает обучающийся, набравший 70 – 89% от максимально возможного количества баллов.

3. Оценку «3» получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает обучающийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.

4. Оценку «2» получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при



оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает обучающийся, набравший 20 - 44% от максимально возможного количества баллов.

## **УМК**

Для реализации содержания курса «Основы безопасности жизнедеятельности» используется следующий учебно-методический комплекс:

### **Для учителя:**

1. Латчук, В. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. Программы для общеобразовательных учреждений. 5-9кл. / В. Н. Латчук, С. К. Миронов, С. И. Ван-городский. — М. : Дрофа, 2010.
2. Маслов А.Г.Марков В.В. ,Латчук В.Н., Кузнецов М.И. и др. «Основы безопасности жизнедеятельности» 6 класс, - М.: Дрофа, 2014 г.
3. Латчук В.Н. Тетрадь для оценки качества знаний по основам безопасности жизнедеятельности. 6 кл. /В.Н.Латчук, С.К.Миронов. – 7-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2009.

### **Для учеников:**

1. Маслов А.Г.Марков В.В. ,Латчук В.Н., Кузнецов М.И. и др. «Основы безопасности жизнедеятельности» 6 класс, - М.: Дрофа, 2014 г.
2. Латчук В.Н. Тетрадь для оценки качества знаний по основам безопасности жизнедеятельности. 6кл. /В.Н.Латчук, С.К.Миронов. – 7-е изд., стереотип. – М.: Дрофа,.

## **Список литературы**

### **Для учителя:**

1. А.В. Гостюшкин, С.И. Шубина. Азбука выживания М.: «Знание» 1995 г.
2. Попова Л.П. Поурочные разработки по основам безопасности жизнедеятельности: 5 класс. –М.: ВАКО, 2008. – 240 с. – (В помощь школьному учителю).
3. Соловьев С.С. Основы безопасности жизнедеятельности. Тесты. 5 – 11 кл.: Учебно-метод. пособие. – М.: Дрофа, 2003.

## **Цифровые образовательные ресурсы**

Название сайта	Электронный адрес
Совет безопасности РФ	<a href="http://www.scrf.gov.ru">http://www.scrf.gov.ru</a>
МЧС России	<a href="http://www.emercom.gov.ru">http://www.emercom.gov.ru</a>
Министерство здравоохранения РФ	<a href="http://www.minzdrav-rf.ru">http://www.minzdrav-rf.ru</a>
Министерство природных ресурсов РФ	<a href="http://www.mnr.gov.ru">http://www.mnr.gov.ru</a>
Энциклопедия безопасности	<a href="http://www.opasno.net">http://www.opasno.net</a>
«Мой компас» (безопасность ребёнка)	<a href="http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det">http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det</a>
Информационно-методическое издание для преподавателей ОБЖ-МЧС России	<a href="http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html">http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html</a>
Образовательные ресурсы Интернета – Безопасность жизнедеятельности	<a href="http://www.alleng.ru/edu/saf.htm">http://www.alleng.ru/edu/saf.htm</a>
Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях	<a href="http://www.hardtime.ru">http://www.hardtime.ru</a>

