

Каримов Подписано  
а Елена цифровой  
Юрьевна подписью:  
Каримова  
Елена Юрьевна

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 49

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Е.Ю.Каримова

Приказ № 492

от «28» августа 2020г.



ПРИНЯТО:

На педагогическом совете

Протокол № 1

от «28» августа 2020 г.

## АДАптированная РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Учебный год	2020/2021
Составители	Епанешникова Галина Васильевна
Учебная дисциплина	<b><u>ОБЖ</u></b>
Класс	5-6 класс
Уровень образования	Основное общее образование
Срок освоения программы	2 года
Количество часов по учебному плану	1 час в неделю/ 35 часов в год

## **1.Общая характеристика предмета**

Программа детализирует и раскрывает содержание стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения ОБЖ, которые определены стандартом. Программа представляет собой целостный документ, включающий разделы: пояснительную записку, общую характеристику учебного предмета, описание места учебного предмета в учебном плане школы, содержание тем учебного предмета, тематическое планирование с указанием основных видов учебной деятельности обучающихся, описание учебно- методического и материально-технического обеспечения, планируемые результаты обучения.

В настоящее время вопросы обеспечения безопасности стали одной из насущных потребностей каждого человека, общества, государства.

Подготовка подрастающего поколения россиян в области безопасности жизнедеятельности должна основываться на комплексном подходе к формированию у подростков современного уровня культуры безопасности, индивидуальной системы здорового образа жизни, антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения.

Изучение предметной области "Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности" обеспечивает:

- физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся с учетом исторической, общекультурной и ценностной составляющей предметной области;
- формирование и развитие установок активного, экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- овладение основами современной культуры безопасности жизнедеятельности, понимание ценности экологического качества окружающей среды, как естественной основы безопасности жизни;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения;
- развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателей физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях;
- установление связей между жизненным опытом обучающихся и знаниями из разных предметных областей.

### **1.1.Психолого-педагогическая характеристика обучающихся с ЗПР**

Обучающиеся с ЗПР— это дети, имеющие недостатки в психологическом развитии, подтвержденные ПМПК и препятствующие получению образования без создания специальных условий .

Категория обучающихся с ЗПР – наиболее многочисленная среди детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) и неоднородная по составу группа школьников. Среди причин возникновения ЗПР могут фигурировать органическая и/или функциональная недостаточность центральной нервной системы, конституциональные факторы, хронические соматические заболевания, неблагоприятные условия воспитания, психическая и социальная депривация. Подобное разнообразие этиологических факторов обуславливает значительный диапазон выраженности нарушений — от состояний, приближающихся к уровню возрастной нормы, до состояний, требующих ограничения от умственной отсталости.

Все обучающиеся в классе с нормотипичные, только один обучающийся имеет ЗПР он испытывает в той или иной степени выраженные затруднения в усвоении учебных программ, обусловленные недостаточными познавательными способностями, специфическими расстройствами психологического развития (школьных навыков, речи и др.), нарушениями в организации деятельности и/или поведения. Общими для всех обучающихся с ЗПР являются в разной степени выраженные недостатки в формировании высших психических функций, замедленный темп либо неравномерное становление познавательной деятельности, трудности произвольной саморегуляции. Достаточно часто у обучающихся отмечаются нарушения речевой и мелкой ручной моторики,

зрительного восприятия и пространственной ориентировки, умственной работоспособности и эмоциональной сферы.

Различие структуры нарушения психического развития у обучающихся с ЗПР определяет необходимость многообразия специальной поддержки в получении образования и самих образовательных маршрутов, соответствующих возможностям и потребностям обучающихся с ЗПР и направленных на преодоление существующих ограничений в получении образования, вызванных тяжестью нарушения психического развития и неспособностью обучающегося к освоению образования, сопоставимого по срокам с образованием здоровых сверстников.

У учащихся с задержкой психического развития, обучающихся по адаптированной основной общеобразовательной программе, особые образовательные потребности заключаются в:

-учете особенностей работоспособности (повышенной истощаемости) школьников с ЗПР при организации всего учебно- воспитательного процесса;

-учете специфики саморегуляции (недостатков инициативности, самостоятельности и ответственности, трудностей эмоционального контроля) школьников с ЗПР при организации всего учебно-воспитательного процесса;

- обеспечении специальной помощи подростку в осознании и преодолении трудностей саморегуляции деятельности и поведения, в осознании ценности волевого усилия;

-обеспечении постоянного контроля за усвоением учебных знаний для профилактики пробелов в них вместе с сходящей системой оценивания;

-организации систематической помощи в усвоении учебных предметов, требующих высокой степени сформированности абстрактно- логического мышления.

Цель программы: обеспечить совместное обучение и взаимодействие детей с ОВЗ со сверстниками средствами алгебры и геометрии.

Цель реализации АОП ООО обучающихся с ЗПР — обеспечение выполнения требований ФГОС ООО обучающимися с ЗПР посредством создания условий для максимального удовлетворения особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР, обеспечивающих усвоение ими социального и культурного опыта.

### **1.2. Основные направления коррекционной работы:**

1. При утомляемости включать в социальные формы деятельности.
2. Дозировать нагрузку.
3. Коррекция и развитие эмоционально-личностной сферы.
4. Формирование и развитие коммуникативных навыков.
5. Выбор индивидуального обучения.
6. Развитие самостоятельности, формирование навыков самоконтроля.
7. Формирование активности в учебно- игровой деятельности.

### **1.3. Использование приёмов коррекционной педагогики на уроках:**

- наглядные опоры в обучении; алгоритмы, схемы, шаблоны;
- поэтапное формирование умственных действий;
- опережающее консультирование по трудным темам, т.е. пропедевтика;
- безусловное принятие ребёнка, игнорирование некоторых негативных поступков;
- обеспечение ребёнку успеха в доступных ему видах деятельности.

## **2. Планируемые результаты освоения учебного предмета.**

Личностными результатами являются:

1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

**Метапредметными** результатами являются:

1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

8) смысловое чтение;

9) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;

11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (ИКТ компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;

12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

#### **Предметные** результаты

1) формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

2) формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;

3) понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

4) понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;

5) понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества;

6) формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

7) формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;

8) понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;

9) знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствий для личности, общества и государства;

10) знание и умение применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

11) умение оказать первую помощь пострадавшим;

12) умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;

13) умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

14) овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

#### **Требования к уровню подготовки обучающихся**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне выпускник средней (полной) общеобразовательной школы **узнает:**

-основы формирования здорового образа жизни;

-основные положения российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;

-требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;

-порядок первоначальной постановки на воинский учет;

-особенности прохождения военной службы по призыву, контракту, альтернативной гражданской службы;

-задачи РСЧС и гражданской обороны.

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне выпускник средней (полной) общеобразовательной школы **получит возможность научиться:**

-владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

-пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

-оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;

**-использовать** приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы.

### **3. Содержание учебного предмета**

#### **5 КЛАСС**

#### **Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (22 ч)**

##### **Раздел I. Основы комплексной безопасности -- 15 часов**

##### **1. Человек, среда его обитания, безопасность человека (5 часов)**

Роль городов в развитии человеческого общества. Особенности современных городов, их деление в зависимости от количества жителей. Система жизнеобеспечения современных городов. Наиболее характерные опасные ситуации, которые могут возникнуть в городе.

Система обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом. Бытовые приборы, используемые человеком в повседневной жизни. Возможные опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище, и меры по их профилактике.

Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат города. Особенности природной среды в городе. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды.

Особенности социальной среды в городе с учетом его предназначения (город-столица, город-порт и др.). Зоны повышенной криминогенной опасности, зоны безопасности в городе. Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе (со взрослыми и сверстниками, с незнакомым человеком).

Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях. Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в городе. Основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.

##### **2. Опасные ситуации техногенного характера (6 часов)**

Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения.

Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Дорожные знаки. Светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения.

Пешеход — участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге.

Пассажир, общие обязанности пассажира. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом.

Транспортное средство и водитель.

Общие обязанности водителя. Велосипедист — водитель транспортного средства (велосипеда). Требования, предъявляемые к техническому состоянию велосипеда. Обязанности велосипедиста, правила его поведения на дороге.

Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище. Личная безопасность при пожаре.

Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Общие правила безопасного поведения в быту. Безопасное обращение с электроприборами, бытовым газом, со средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером. Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.

##### **3. Опасные ситуации природного характера (2 часа)**

Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений.

Водоемы в черте города. Состояние водоемов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года.

##### **4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (2 часа)**

Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы. Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера.

##### **Раздел III. Основы противодействия экстремизму и терроризму в РФ (7 часов)**

##### **5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение (3 часа)**

Криминогенные ситуации в городе. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации.

Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома.

Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасные ситуации. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и др.). Умение соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе. Взрывное устройство на улице.

## **6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства (4 часа)**

### **Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (12ч)**

#### **Раздел IV. Основы здорового образа жизни (5 часов)**

##### **7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни (3 часа)**

Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.

Основные составляющие здорового образа жизни. Режим дня и умение рационально распределять свое время как основные составляющие здорового образа жизни.

Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Систематические занятия физической культурой.

Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества: углеводы, жиры, белки, витамины, минеральные вещества, вода. Гигиена питания.

##### **8. Факторы, разрушающие здоровье (2 часа)**

Потенциальные возможности человека, значение образа жизни и привычек для совершенствования духовных и физических качеств.

Вредные привычки (курение, употребление алкоголя), их отрицательное влияние на развитие способностей человека и его здоровье.

Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного дыма на организм курящего и на окружающих. Возможные последствия постоянного курения для здоровья человека. Как уберечь себя от курения.

Алкоголь — наркотический яд. Влияние алкоголя на организм человека. Возможные последствия употребления алкоголя. Алкоголь и преступность.

Отношение человека, ведущего здоровый образ жизни, к употреблению спиртных напитков.

Собеседования на тему «Основы здорового образа жизни и профилактика вредных привычек».

*Обсуждаемые вопросы:*

-Влияние курения и употребления спиртных напитков на развитие человека, на его физические и умственные способности.

-Почему курение и употребление спиртных напитков не совместимо с занятиями физической культурой и спортом?

-Как подготовить себя к тому, чтобы твердо сказать: «Нет!», когда предлагают сигарету или спиртное.

#### **Раздел V. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (7 часов)**

##### **9. Первая медицинская помощь и правила ее оказания (3 часа)**

Первая медицинская помощь, общее положение по оказанию первой медицинской помощи.

Ситуации, при которых следует немедленно вызывать «скорую помощь», правила ее вызова.

Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома.

Последовательная отработка навыков в оказании первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении.

Отравления, пути попадания токсических веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях.

По выбору преподавателя отрабатываются навыки по оказанию первой медицинской помощи при отравлении медикаментами, препаратами бытовой химии, кислотами, щелочами, никотином, угарным газом.

## 6 КЛАСС

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (25 ч)

Раздел I. Основы комплексной безопасности (25 часов)

1. Подготовка к активному отдыху на природе (6 часов)

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

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

Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака. Разведение костра. Определение необходимого снаряжения для похода.

2. Активный отдых на природе и безопасность (5 часов)

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.

Обеспечение безопасности в пешеходных и горных походах. Порядок движения походных групп. Выбор линии движения в пешем путешествии. Режим и порядок дня похода.

Преодоление водных препятствий.

Подготовка и проведение лыжных походов, одежда и обувь туриста-лыжника, подбор и подготовка лыж. Организация движения, организация ночлегов. Меры безопасности в лыжном походе.

Водные походы. Подготовка к водному путешествию. Возможные аварийные ситуации в водном походе. Обеспечение безопасности на воде.

Велосипедные походы, Особенности организации велосипедных походов. Обеспечение безопасности туристов в велосипедных походах.

3. Дальний (внутренний) и выездной туризм и меры безопасности (6 часов) Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных климатических условиях. Акклиматизация к холодному климату. Акклиматизация к жаркому климату. Акклиматизация в горной местности.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземным видам транспорта (автомобильным, железнодорожным). Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным или воздушным видами транспорта.

4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде (4 часа)

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 водой и пищей. Подача сигналов бедствия.

5. Опасные ситуации в природных условиях (4 часа)

Опасные погодные условия и способы защиты от них.

Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.

Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 ч)

Раздел V. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (4 часа)

6. Первая помощь при неотложных состояниях (4 часа)

Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи в природных условиях.

Походная аптечка. Лекарственные растения.

Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и потертостях. Первая медицинская помощь при ушибах, вывихах, растяжениях связок.

Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах и отморожении.

Первая медицинская помощь при ожогах.

Оказание первой медицинской помощи при укусах ядовитых змей.

Первая медицинская помощь при укусах насекомых.

Раздел IV. Основы здорового образа жизни (6 часов)

7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие (6 часов)

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

Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека.

Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ. Стадии развития наркомании. Правила четырех «НЕТ!» наркотикам.

4. Тематическое планирование (с фиксацией часов на изучение каждой темы)

**5 класс**

№ п/п	Название раздела Тема урока	Элементы содержания	Количество часов на тему	Количество контрольных работ	Учебная неделя
	<b>1.Человек, среда его обитания, безопасность человека</b>		5		
1	Город как среда обитания.	Зоны опасности. Алгоритм поведения	1		1 неделя
2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.	Причины возникновения опасных ситуаций в жилище	1		2 неделя
3	Особенности природных условий в городе.	Природные и антропогенные факторы	1		3 неделя
4	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность.	Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе.	1		4 неделя
5	Безопасность в повседневной жизни	Ознакомление с ЧС, основные службы города и их задачи	1		5 неделя
	<b>2. Опасные ситуации техногенного характера</b>		6		
6	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения.	Дорожные знаки и их деление на группы.	1		6 неделя
7	Пешеход. Безопасность пешехода	Меры безопасного поведения пешехода на дороге	1		7 неделя
8	Пассажир. Безопасность пассажира.	Правила пользования транспортом. Посадка в общественный транспорт, пожар в общественном транспорте	1		8 неделя
9	Водитель.	Правила безопасного пользования и управления элементарным транспортом	1		9 неделя
10	Пожарная безопасность.	Основные правила поведения при пожаре.	1		10 неделя

11	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	Правила поведения при затоплении жилища. Действия при разрушении зданий Правильно пользоваться препаратами бытовой химии	1		11 неделя
	<b>3. Опасные ситуации природного характера</b>		2		
12	Погодные условия и безопасность человека.	Природные и антропогенные факторы	1		12 неделя
13	Безопасность на водоёмах	Безопасность на водоемах	1		13 неделя
	<b>4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера</b>		2		
14	Чрезвычайные ситуации природного характера.	Правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений	1		14 неделя
15	Чрезвычайные ситуации природного характера.	Обеспечение личной безопасности в ЧС	1		15 неделя
	<b>5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение</b>		3		
16	Антиобщественное поведение и его опасность.	Определения и оценки антиобщественного поведения	1		16 неделя
17	Обеспечение личной безопасности дома.	Признаки возникновения опасной ситуации дома Умения по обеспечению личной безопасности дома.	1		17 неделя
18	Обеспечение личной безопасности на улице	умения по прогнозированию основных опасностей и обеспечению личной безопасности на улице	1		18 неделя
	<b>6. Экстремизм и терроризм — чрезвычайные опасности для общества и государства</b>		4		
19	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения.	Общие понятия об экстремизме и о терроризме и причины их возникновения..	1		19 неделя
20	Виды экстремистской	Основные виды террористической	1		20 неделя

	и террористической деятельности.	деятельности			
21	Виды террористических актов и их последствия.	Виды террористических актов и их характерные особенности План своих действий при угрозе возникновения теракта и при теракте.	1		21 неделя
22	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение. Правила поведения в повседневной жизни, чтобы не стать правонарушителями,	1		22 неделя
	<b>7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни</b>		3		
23	О здоровом образе жизни.	Основные положения о здоровом образе жизни.	1		23 неделя
24	Двигательная активность и закаливание организма — необходимые условия укрепления здоровья.	Виды двигательной активности и закаливания.	1		24 неделя
25	Рациональное питание. Гигиена питания	Сущность рационального питания	1		25 неделя
	<b>8. Факторы, разрушающие здоровье</b>		2		
26	Вредные привычки и их влияние на здоровье.	Как уберечь себя от курения, последствия употребления алкоголя Возможные последствия употребления алкоголя	1		26 неделя
27	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек (практические занятия)	Как уберечь себя от курения, последствия употребления алкоголя	1		27 неделя
	<b>9. Первая помощь и правила её</b>				

	<b>оказания</b>		7		
28	Первая помощь при различных видах повреждений.	ПМП при вывихе	1		28 неделя
29	Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах (практические занятия).	ПМП при ушибах	1		29 неделя
30	Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах (практические занятия).	ПМП при ссадинах	1		30 неделя
31	Первая помощь при отравлениях (практические занятия)	Правила оказания ПМП при отравлении угарным газом.	1		31 неделя
32	Первая помощь при Отравлениях (практические занятия)	Рекомендации по оказанию ПМП пострадавшему.	1		32 неделя
33	Обобщение по теме: «Первая помощь и правила её оказания»	Повторение изученного	1		33 неделя
34	Обобщение изученного материала за курс 5 класса		1		34 неделя
	Резерв				

## Тематическое планирование (с фиксацией часов на изучение каждой темы)

6 класс

№ п/п	Название раздела Тема урока	Элементы содержания	Количество часов на тему	Количество контрольных работ	Учебная неделя
	<b>Основы комплексной безопасности</b>		25		
	<b>1. Подготовка к активному отдыху на природе</b>		6		
1	Природа и человек	Природа и человек. Общение с живой природой – естественная потребность человека для развития своих духовных и физических качеств.	1		1 неделя
2	Ориентирование на местности	Способы ориентирования на местности, определения сторон горизонта.	1		2 неделя
3	Определение своего местонахождения и направления движения на местности	Определение своего местонахождения и направления движения на местности.	1		3 неделя
4	Подготовка к выходу на природу	Виды активного отдыха на природе и необходимость подготовки к нему. Подготовка к выходу на природу.	1		4 неделя
5	Определение необходимого снаряжения для похода	Подготовка к выходу на природу. Порядок движения на маршруте. Определение необходимого снаряжения для похода.	1		5 неделя
6	Определение места для бивака и организация бивачных работ.	Порядок определения места для бивака. Особенности разведения костра и приготовления пищи.	1		6 неделя
	<b>2. Активный отдых на природе и безопасность</b>		5		
7	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе	Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.	1		7 неделя

8	Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности	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.	1		8 неделя
9	Подготовка и проведения лыжных походов	Подготовка снаряжения и обеспечение безопасности в лыжном походе. Организация движения и ночлегов.	1		9 неделя
10	Водные походы и обеспечение безопасности на воде	Подготовка снаряжения к водному походу и обеспечение безопасности на воде.	1		10 неделя
11	Велосипедные походы и безопасность туристов	Подготовка снаряжения и обеспечение безопасности при велосипедном походе.	1		11 неделя
	<b>3. Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности</b>		6		
12	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме	Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Общие правила безопасности в дальнем и выездном туризме.	1		12 неделя
13	Акклиматизация человека в различных климатических условиях	Акклиматизация человека в различных климатических условиях: к холодному климату, к жаркому климату, в горной местности.	1		13 неделя
14	Акклиматизация в горной местности	Акклиматизация человека в горной местности.	1		14 неделя
15	Обеспечение личной безопасности при следовании наземными видами транспорта	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта (автомобилем, железнодорожным транспортом).	1		15 неделя
16	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным или воздушным видом транспорта.	1		16 неделя

17	Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным или воздушным видом транспорта.	1		17 неделя
	<b>4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде</b>		4		
18	Автономное существование человека в природе	Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.	1		18 неделя
19	Добровольная автономия человека в природной среде	Добровольная автономия. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.	1		19 неделя
20	Вынужденная автономия человека в природной среде	Вынужденная автономия. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.	1		20 неделя
21	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании	Сооружение временного укрытия из подручных средств, добывание огня, обеспечение пищей и водой. Подача сигналов бедствия.	1		21 неделя
	<b>5. Опасные ситуации в природных условиях</b>		4		
22	Опасные погодные явления	Опасные погодные условия и способы защиты от них.	1		22 неделя
23	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными	Меры личной безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.	1		23 неделя
24	Укусы насекомых и защита от них	Укусы насекомых и защита от них.	1		24 неделя
25	Клещевой энцефалит и его	Способы профилактики клещевого энцефалита.	1		25 неделя

	профилактика				
	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</b>				
	<b>6. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях</b>		4		
26	Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях	Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи в природных условиях. Состав походной аптечки. Лекарственные растения и их использование.	1		26 неделя
27	Оказание первой медицинской помощи при травмах	Правила оказания ПМП при ссадинах и потертостях, ушибах, вывихах и растяжениях связок.	1		27 неделя
28	Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге	Правила оказания ПМП при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге.	1		28 неделя
29	Оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых	Правила оказания ПМП при укусах ядовитых змей и насекомых.	1		29 неделя
	<b>7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие</b>		5		
30	Здоровый образ жизни и профилактика утомлений	Здоровый образ жизни и профилактика утомления.	1		30 неделя
31	Компьютер и его влияние на здоровье	Влияние компьютера на здоровье человека.	1		31 неделя
32	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	1		32 неделя
33	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.	1		33 неделя
34	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека.	Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека. Стадии развития наркомании. Профилактика употребления	1		34 неделя





**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575889

Владелец Каримова Елена Юрьевна

Действителен с 26.02.2021 по 26.02.2022