

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №2  
Василеостровского района  
Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО

Педагогическим советом  
ГБОУ СОШ № 2  
Протокол № 1  
от « 31 » августа 2019 г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказ № 122  
от «31» августа 2020 г.  
Директор ГБОУ СОШ №2



Е.В.Поздняков

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
по учебному предмету  
ОБЖ

на 2020-2021 учебный год

Класс:         6        

Количество часов:

        1          
в неделю

        34          
в год

ФИО учителя:

Дроботова Ирина Владимировна

Рабочая программа  
разработана в  
соответствии с

        ФГОС        

        ФГОС или федеральным компонентом государственных  
образовательных стандартов        

Рабочая программа  
разработана на основе

        Авторской программы Виноградовой Н.Ф.  
программы по предмету или авторской программы        

Учебник:

        Основы безопасности жизнедеятельности 5-6        

        Виноградова Н.Ф.  
автор        

        Вентана - Граф          
издательство

        2019          
год издания

20   20   - 20   21   учебный год

**Рабочая программа курса**  
**ОБЖ 6 класс**  
**реализуемого в ГБОУ СОШ № 2**  
**в 2020–2021 учебном году**

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по ОБЖ базового уровня для 6 классов разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного Министерством образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года № 1897, а также в соответствии с Примерной рабочей программой по ОБЖ для 5-9 классов, изд-ва «Просвещение», 2011г. В рабочей программе реализованы требования Конституции Российской Федерации и федеральных законов Российской Федерации «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности дорожного движения», «О радиационной безопасности населения», «О пожарной безопасности», «Об экологической безопасности», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», Стратегии национальной безопасности Российской Федерации.

В рабочую программу включены модули «Дорожная безопасность» и «Безопасное и экономное энергопотребление», рекомендованные к использованию Комитетом по образованию правительства Санкт-Петербурга.

**Нормативно-правовые документы, на основании которых составлена программа.**

**Статус документа**

Данная рабочая программа составлена на основании:

1. Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации (далее – ФЗ-273)
2. Федерального базисного учебного плана, утвержденного приказом Министерства образования Российской Федерации от 09.03.2004 № 1312 (далее - ФБУП-2004)
3. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (далее - ФГОС основного общего образования);
4. Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 № 1015;
5. Фундаментального ядра содержания общего образования;
6. Примерной основной общеобразовательной программы образовательного учреждения ГБОУ СОШ № 2
7. Авторской программы «ОБЖ» под редакцией Виноградовой Н.Ф.
8. Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 28.12.2018 № 345;

9. Перечня организаций, осуществляющих выпуск учебных пособий, которые допускаются к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.06.2016 № 699;

10. Распоряжения Комитета по образованию от 16.04.2020 № 988-р «О формировании календарного учебного графика государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, в 2020/2021 учебном году»;

11. Распоряжения Комитета по образованию от 21.04.2020 № 1011-р «О формировании учебных планов государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, на 2020/2021 учебный год».

12. Приложением к письму Комитета по образованию Правительства Санкт-Петербурга от 23.04.2020 № 03-28-3775/ 20-0-0 инструктивно-методическое письмо «О формировании учебных планов образовательных организаций Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, на 2020/2021 учебный год»;

13. Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 № 189 (далее - СанПиН 2.4.2.2821-10).

14. Санитарно-эпидемиологических требований к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19), утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 (далее - СанПиН 3.1/2.4.3598-20).

**В своей предметной ориентации предлагаемая программа направлена на достижение следующих целей:**

- усвоение учащимися правил безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание ими важности укрепления, сохранения и защиты своего здоровья как личной и общественной ценности;
- уяснение и принятие учащимися достижений гражданского общества: права человека, правовое государство, семейные ценности, справедливость и ответственность органов власти;
- антиэкстремистское и антитеррористическое мышление и поведение учащихся, их нетерпимость к действиям и намерениям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков, табакокурению и употреблению алкогольных напитков;
- готовность и стремление учащихся к нравственному самосовершенствованию.

### **Общая характеристика курса**

Курс предназначен для решения следующих задач:

- освоение учащимися знаний о здоровом и разумном образе жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
- обучение школьников умению предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую помощь;
- развитие у обучаемых качеств личности, необходимых для ведения здорового и разумного образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

- воспитание у учащихся культуры безопасности жизнедеятельности, чувства ответственности за личную и общественную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- формирование у школьников антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

### **Место курса в учебном плане**

В соответствии с учебным планом школы и программой выбран вариант изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в системе основного общего образования с 5 по 9 класс из расчета 1 ч в неделю (всего 170 ч). Таким образом, за один год обучения (6 класс) учащиеся изучат курс объемом 34 часа.

### **Личностные, метапредметные, предметные результаты освоения курса**

#### **Личностные результаты:**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;
- развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

#### **Метапредметные результаты:**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
- умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;
- овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;
- умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;
- умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;
- освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- умение разработать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
- умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;
- формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

#### **Предметные результаты:**

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;
- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый и разумный образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

#### **Учебно-методический комплекс по основам безопасности деятельности**

6 класс:

учебник «Основы Безопасности жизнедеятельности 5-6 », Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В.Сидоренко., М., Вентана-Граф, 2019 – 157 (3) с илл., Российский учебник,

Методическое пособие «Основы Безопасности жизнедеятельности 5-6», Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В.Сидоренко., М., Вентана-Граф, 2019,

Электронное пособие: Тематическое планирование «Основы Безопасности жизнедеятельности 5-6», Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В.Сидоренко., М., издательский центр «Вентана-Граф», 2012.

Программы, методические и учебные пособия, дидактические материалы  
*Дурнев Р. А., Смирнов А. Т.* Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности школьников. 5—11 классы: методическое пособие — М.: Дрофа.

### **Мультимедийные издания**

Основы безопасности жизнедеятельности. 5–6 классы: электронное пособие. — М.: Вентана-Граф, 2012

### **Планируемые результаты изучения курса**

#### **Учащийся должен знать:**

- наиболее распространенные чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;
- опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее распространенные в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- правила безопасного поведения при угрозе террористических актов;
- наиболее популярные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности при этом.

#### **Учащийся должен уметь:**

- предвидеть возникновение наиболее распространенных опасных ситуации по их характерным признакам;
- принимать грамотные решения и умело действовать при возникновении чрезвычайных ситуаций, обеспечивая личную безопасность;
- оказывать первую помощь при неотложных состояниях.

#### **Учащиеся должны обладать компетенциями по практическому применению полученных знаний и умений:**

- для обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- для подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных условиях;
- для оказания первой помощи пострадавшим;
- для формирования убеждений и потребности в соблюдении норм разумного и здорового образа жизни.

## Тематическое планирование курса ОБЖ в 6 классах:

(Тематическое планирование «Основы Безопасности жизнедеятельности 5-6», Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В.Сидоренко., М., издательский центр Вентана-Граф, 2012)

### 6 класс

Тема	Программное содержание	Деятельность учащихся
Введение	Необходимость изучения предмета ОБЖ	<i>Анализ</i> информации, представленной в тексте учебника. <i>Оценка</i> проблемных ситуаций
На игровой площадке	Подготовка к прогулке. Выбор одежды и обуви с учётом погоды и планируемых подвижных игр. Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием на площадке, при езде на велосипеде. Зимние игры, безопасность при езде на санках-ледянках. Первая помощь при переломах и вывихах. Поиск подростками «приключений»: оправдан ли риск. Животные на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой. Первая помощь при укусе собаки	<i>Чтение и анализ</i> текстов учебника «Подготовка к прогулке», «Крылатые качели». <i>Формулирование</i> вывода: правила безопасного обращения с качелями, с велосипедом. <i>Участие в учебном диалоге</i> : правила езды на велосипеде, роликовых коньках. <i>Оценка</i> информации, представленной в рубрике «Медицинская страничка». <i>Практическая деятельность</i> : первая помощь при травмах. <i>Чтение и анализ</i> текста «Собака не всегда друг». <i>Участие в учебном диалоге</i> : анализ и оценка жизненных ситуаций (стоит ли рисковать). <i>Чтение и анализ</i> текста «Собака не всегда друг». <i>Практическая работа</i> : оценка поз и мимики собаки; первая помощь при укусе собаки
На природе	Ориентирование на местности. Что такое ориентир. Ориентирование по компасу; Солнцу и часам; Полярной звезде; местным признакам. Измерение расстояния на местности	<i>Практическая деятельность</i> : ориентирование на местности; измерение расстояний на местности. <i>Анализ</i> правил поведения в лесу («Если ты заблудился»)
Природа полна неожиданностей	Характеристика опасностей, которые могут встретиться во время прогулок на природе. Общие правила поведения во время экскурсий в	<i>Актуализация</i> имеющегося опыта: правила поведения на экскурсиях. <i>Участие в учебном диалоге</i> : работа с иллюстрациями и текстами учебника. <i>Совместная деятельность</i> в парах: анализ и оценка опасностей

Тема	Программное содержание	Деятельность учащихся
	<p>природу. Правила поведения в экстремальных ситуациях (при потере ориентиров на незнакомой местности и др.). Опасные встречи (звери, насекомые, змеи). Первая помощь при укусе насекомого, змеи. Правила поведения на водоёмах. Выбор и оценка места для купания. Первая помощь при судорогах, солнечном ударе, утоплении. Оценка состояния льда в осеннее и весеннее время. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные преграды</p>	<p>неправильного поведения. <i>Оценка информации</i>, представленной в рубрике «Медицинская страничка». <i>Участие в учебном диалоге</i>: выбор места для купания. <i>Формулирование</i> вывода: правила купания и катания на лодках. <i>Совместная деятельность</i> в парах: правила нахождения на льду, правила организации переправы</p>
Туристический поход	<p>Правила организации безопасного туристического похода. Подготовка к походу: сбор снаряжения, продуктов. Одежда и обувь для похода. Правила упаковки рюкзака. Спальный мешок. Режим дня в туристическом походе. Правила организации сна, отдыха, передвижения, питания. Первая помощь при натёртостях кожи, пищевых отравлениях, ожогах. Походная аптечка. Лечебные травы</p>	<p><i>Самоконтроль и самооценка</i> поведения: ответы на вопросы. <i>Участие в учебном диалоге</i>: подготовка к походу (анализ иллюстративного материала и текста). <i>Практическая деятельность</i>: сбор снаряжения к походу; определение режима дня; режима питания и меню. <i>Совместная деятельность</i> в группах: анализ иллюстративного материала, заполнение таблицы. <i>Оценка информации</i>, данной в рубрике «Медицинская страничка». <i>Работа с иллюстративным материалом и текстом</i>: анализ поведения туристов</p>
Когда человек сам себе враг	<p>При каких обстоятельствах человек сам себе враг. Вред алкоголя, курения для растущего организма</p>	<p><i>Участие в учебном диалоге</i>: анализ диаграммы. <i>Оценка информации</i>, представленной в тексте: последствия увлечения алкоголем, курением. <i>Формулирование</i> вывода: вред алкоголя и курения</p>

### 6 класс

**Опасные ситуации на улице.** Как подготовиться к прогулке. Игровая площадка. Как вести себя на игровой площадке. Непредвиденные ситуации на улице. Правила для велосипедистов. Встречи с животными. Правила поведения при встрече с собаками.



**Опасные ситуации в природе.** 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 выживания в природных условиях. Преодоление страха. Действия при потере ориентировки.** Причины, влияющие на поведение человека, — факторы выживания. Понятие о стрессорах выживания. Различные стрессоры и способы их побороть. Как развивать в себе внимание и наблюдательность. Страх и его негативное влияние на человека в опасной ситуации. Основные правила поведения в случае, когда человек заблудился. Как вспомнить пройденный путь, оценить расстояние до источников звука и света, воспользоваться маркировкой маршрутов.

**Подготовка к походу.** 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. Требования к одежде и обуви.

**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.

**Способы добывания огня, разведение костров.** Способы хранения спичек в походе. Как разжечь костер. Способы добывания огня без спичек. Виды костров и их назначение. Топливо, используемое для разведения костра.

**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.

**Определение сторон горизонта – арифметика ориентирования на местности.** Определение сторон горизонта по компасу, по солнцу и часам, по звездному небу, по луне и по местным предметам.

**Определение азимутов на топографической карте и на местности.** Что такое азимут. Как найти заданный азимут на топографической карте. Определение азимутов на заданный предмет.

**Ориентирование на местности с помощью топографической карты и компаса.** Определение своего местонахождения на карте. Расчет маршрута движения по карте между двумя пунктами.

**Туристские узлы и их применение.** Наиболее употребимые туристские узлы. Назначение туристских узлов. Способы вязания и область применения.

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

**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).

**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.

**Выполнение законных требований – путь к дорожной безопасности.** Закон – основа безопасности. Мероприятия по обеспечению безопасности дорожного движения. Правила дорожного движения – дорожная грамота. Термины, применяемые в ПДД.

**Знание ПДД и опыт решения дорожных задач.** Город как транспортная система. Из истории развития транспортной системы Санкт-Петербурга. Мероприятия по организации дорожного движения. Регулирование дорожного движения. Средства регулирования. Светофорное регулирование. Виды транспортных светофоров. Пешеходные светофоры. Светофоры для велосипедистов.

**Дорожные опасности мнимые и настоящие.** Сигналы регулировщика. Дорожные знаки. Группы дорожных знаков. Дорожная разметка.

**Опасность на дороге. Как ее избежать.** Виды ДТП. Факторы, влияющие на численность ДТП (дисциплина участников дорожного движения, время суток, дни недели). Привычки как фактор ДТП. Предвидение опасности. Навыки безопасного поведения на дороге.

**Работа водителя и поведение пешехода.** Каким должен быть водитель. Черты надежного водителя. Культура поведения пешехода. Взаимовы уважение участников дорожного движения.

**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.

**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.

**Тепловой и солнечный удар. Обморожения и общее охлаждение организма.** Понятие о тепловом и солнечном ударе. Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Меры предупреждения их наступления. Понятие об обморожении. Степени обморожения и их признаки. Оказание первой помощи при общем охлаждении и обморожении.

**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.

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

**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 содержащиеся 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.

**Пожарная безопасность при нахождении в природных условиях.** Выбор места для костра. Меры пожарной безопасности при нахождении на природе

**Неосторожное обращение с огнем. Шалости детей с огнем.** Меры безопасности при обращении со спичками. Безопасность при пользовании газовыми приборами. Родители несут ответственность за шалость детей с огнем.

6 класс

Поурочно-тематическое планирование

№ п/п	Тема / урок	Основное содержание	практика	контроль	Планируемые результаты обучения		Сроки проведения
					предметные	метапредметные	
1	Введение.	Необходимость изучения предмета ОБЖ. Символическое изображение правил ОБЖ.			Знать расшифровку аббревиатуры ОБЖ Понимать необходимость изучения предметами наличие тесной связи изучаемого предмета с другими предметами школьного курса (физкультурой, технологией, географией и пр.)	Уметь вычленять причинно-следственные связи при чтении текста и прослушивании информации в устной форме.	сент
Тема: Правила поведения на игровой площадке.							
2	Подготовка к прогулке.	Что такое подготовка к прогулке. Проект «Спецодежда».	Мини проект.		- знать, какие природные параметры необходимо оценивать, готовясь к прогулке; - понимать, какая двигательная активность предстоит	Уметь предвидеть неприятности, вызовы, которые могут повлечь необдуманные действия во время подготовки и самой прогулки - оценивать причинно-следственные связи при возможных негативных последствиях	сент

						прогулки	
3	Качели и безопасность. Аттракционы.	Правила безопасного поведения на качелях и у качелей. Понятие «аттракцион».	Мысленный эксперимент		- знать основные виды качелей - понимать, что несанкционированно установленные аппараты могут быть источником опасности	Уметь оценивать свои физические данные (работа вестибулярного аппарата, мозжечка), психоэмоциональное состояние при желании воспользоваться качелями и аттракционами.	сент
4	Закрытые травмы	Виды закрытых травм. Признаки закрытых травм и повреждений (ушибов, растяжений, разрывов связок и мышц, вывихов).			- знать и уметь определять по признакам ушибы, растяжения, разрывы связок, вывихов;	- умение ставить вопросы; - умение наблюдать; - умение слушать и слышать друг друга	сент
5	Первая помощь при закрытых травмах. Практическая работа № 1. «Оказание первой помощи при легких травмах и переломах»	Оказание первой помощи при закрытых травмах: ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц. Понятие о сдавлении. Оказание первой помощи при сдавлении.	Практикум «Оказание первой помощи при легких травмах и переломах»	Отчет о выполнении и практической работы.	- знать, как оказать первую помощь при легкой травме или переломе - понимать, что первой помощью может быть вызов медицинской службы и недопущение необдуманных действий	- способность справляться с жизненными задачами; - оценка собственных сил и возможностей в конкретной жизненной ситуации	окт
6	Собака – не всегда друг. Практическая работа № 2 «Как понять настроение и намерения собаки?»	Собака- друг человека. Породы собак. Собаки домашние и бродячие. Инстинкт. Что такое страх и агрессия. Как определить настроение собаки.	. Практическая работа № 2 «Как понять настроение и намерения собаки?»	Отчет о выполнении и практической работы. Квизис.	- знать, что независимо от породы и местонахождения собаки, она – животное, имеющее инстинкты. - понимать, что поведение человека	- умение оценивать жизненную ситуацию, оценивать свои знания и возможности при встрече с агрессивным животным (собакой)	окт

					<p>может вызывать агрессию животного</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- понимать, что поведение собаки может нанести сильную психологическую травму</li> <li>- уметь оказать первую помощь укушенному собакой</li> </ul>		
7	Риск оправданный и неоправданный.	Что такое смелость, героизм. Зачем человеку разум? Что такое безрассудство. Стоит ли бездумно рисковать? Анализ конкретных жизненных ситуаций.	Мысленный эксперимент. Решение ситуационной задачи.		<ul style="list-style-type: none"> <li>- понимать разницу между героическим и безрассудным поступком</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь оценивать обстановку, свои возможности, а также последствия содеянного для себя и окружающих</li> </ul>	окт
Модуль БДД ( 5 часов)							
8	Выполнение законных требований – путь к дорожной безопасности	Закон – основа безопасности. Мероприятия по обеспечению безопасности дорожного движения. Правила дорожного движения – дорожная грамота. Термины, применяемые в ПДД.	Решение ситуационных задач		<ul style="list-style-type: none"> <li>- знать, что дорожное движение подчиняется действию соответствующих законов;</li> <li>- понимать, что незнание закона не освобождает от ответственности за свои действия на дороге</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- приобретение навыков систематизации, полученной информации;</li> <li>- применение знаний ПДД в реальных дорожных ситуациях.</li> </ul>	окт
9	Знание ПДД и опыт решения дорожных задач	Город как транспортная система. Из истории развития транспортной системы Санкт-Петербурга. Мероприятия по организации дорожного движения. Регулирование дорожного движения. Средства регулирования. Светофорное регулирование. Виды транспортных светофоров. Пешеходные светофоры.	Решение ситуационных задач	Квизис	<ul style="list-style-type: none"> <li>- знать разновидности светофоров (транспортных, пешеходных, для велосипедистов);</li> <li>- уметь действовать в качестве пешехода в соответствии с сигналами светофора</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- умение согласовывать свои действия;</li> <li>- соблюдать ПДД в дорожных ситуациях</li> </ul>	окт

		Светофоры для велосипедистов.					
10	Дорожные опасности мнимые и настоящие	Сигналы регулировщика. Дорожные знаки. Группы дорожных знаков. Дорожная разметка.	Решение ситуационных задач	Квизис	- знать сигналы регулировщика; - уметь переходить дорогу в соответствии с сигналами регулировщика.	- умение работать в группе; - соблюдать ПДД в дорожных ситуациях	ноя
11	Опасность на дороге. Как ее избежать	Виды ДТП. Факторы, влияющие на численность ДТП (дисциплина участников дорожного движения, время суток, дни недели). Привычки как фактор ДТП. Предвидение опасности. Навыки безопасного поведения на дороге.	Решение ситуационных задач		- знать о влиянии бытовых привычек на поведение пешеходов на дороге; - уметь предвидеть дорожные «ловушки»	- умение ставить вопросы; - соблюдать ПДД в дорожных ситуациях	ноя
12	Работа водителя и поведение пешехода	Каким должен быть водитель. Черты надежного водителя. Культура поведения пешехода. Взаимоуважение участников дорожного движения.	Проведение мысленного эксперимента.		- представлять особенности профессии водителя; - знать о необходимости взаимоуважения участниками дорожного движения	- развитие речевой деятельности; - умение оценивать ситуацию	ноя
Тема « На природе»							
13	Что такое ориентир? Практическая работа № 3 «Учимся выбирать ориентиры»		Практическая работа № 3 «Учимся выбирать ориентиры»	Отчет о выполнении практической работы			дек
14	Определение сторон горизонта – арифметика ориентирования на местности. Практическая работа № 4 «Определение стороны света по	Основы ориентирования на местности. Определение сторон горизонта различными способами	Практическая работа № 4 «Определение стороны света по солнцу без часов»	Отчет о выполнении практической работы	- представлять, что такое ориентирование на местности; - знать, как определять стороны горизонта: по компасу, по Луне, по Полярной звезде, по	- приобретение умений работы в группе; - приобретение умений работы с текстом	дек

	солнцу без часов»				лесным квартальным столбам, по Солнцу и часам.		
15	Определение азимутов на топографической карте и на местности.	Измерение азимутов по карте. Измерение азимутов на местности (в помещении класса или на пришкольном участке)	«Измерение заданных азимутов на топографической карте»	Решение ситуационных задач	- приобретение навыков пользования компасом для измерения азимутов.	-совершенствование навыков работы с информацией; - приобретение умений преобразования информации	дек
16	Ориентирование на местности с помощью топографической карты и компаса. Практическая работа № 5 «Овладение навыками работы с компасом»	Нахождение на карте заданного местоположения и расчет маршрута движения в заданный пункт	Практическая работа № 5 «Овладение навыками работы с компасом» Расчет маршрута движения между заданными пунктами на карте		- умение составлять маршрут движения по карте.	- формирование навыков работы с информацией; - приобретение умений работать в группе	дек
17	Измерение расстояний на местности. Практическая работа № 6 «Учимся измерять расстояние шагами»	Длина шага взрослого человека, подростка, ребенка. Измерение длины своего шага. Измерение расстояния между двумя точками с помощью знаний о длине шагов.	Практическая работа № 6 «Учимся измерять расстояние шагами»	Решение ситуационной задачи.	Умение производить вычисления на основе имеющихся данных.	- умение работать в группе и индивидуально - умение действовать по алгоритму	дек
Тема «Природа полна неожиданностей»							
18	Если вы заблудились в лесу.		Решение ситуационных задач.	Квизис	Уметь адекватно оценивать свое положение Уметь прогнозировать развитие ситуации	- умение видеть проблему; - способность справляться с жизненными задачами.	янв
19	Факторы выживания в природных условиях. Преодоление страха.	Причины, влияющие на поведение человека - факторы выживания. Как развивать в себе	Мысленный эксперимент		- знать, как вести себя в условиях автономного	- умение ставить вопросы; - умение видеть	янв



	Общий план действий.	полезные способности и черты (внимание и наблюдательность, ощущение и восприятие, память и мышление, установку на выживание). Как воспользоваться ими в условиях вынужденного автономного существования. Способы побороть страх.			пребывания в природных условиях; - знать о простейших способах побороть страх; - знать общий план действий в вынужденной автономии	проблему; - способность справляться с жизненными задачами.	
20	Акклиматизация в различных природно-климатических условиях Тепловой и солнечный удар. Обморожения и общее охлаждение организма	Смена климатогеографических условий. Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Основные принципы адаптации при смене климатогеографических условий. Акклиматизация, общие понятия и определения. Смена часовых поясов. Рекомендации по адаптиванию к местному времени. Смена климата. Рекомендации по адаптиванию к смене климата. Акклиматизация к условиям жаркого климата, условиям горной местности, условиям Севера. Требования к здоровью человека, которые необходимо учитывать при планировании смены климатогеографических условий Понятие о тепловом и солнечном ударе. Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Профилактика теплового и солнечного удара. Общие сведения об обморожении и общем охлаждении организма. Причины обморожения и общего охлаждения организма. Оказание первой помощи при общем охлаждении и обморожении	Работа с интернет-ресурсами.	Квизис	- представлять действие перемены климатогеографических условий на состояние организма; - знать рекомендации по адаптации организма при перемене климатогеографических условий - уметь оказать первую помощь при солнечном и тепловом ударах; - знать как оказать первую помощь обморожениях;	- умение видеть проблему; - умение ставить вопросы; - умение слушать и слышать друг друга - умение ставить вопросы; - умение наблюдать; - умение слушать и слышать друг друга	янв

21	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 клещами. Как уберечься от энцефалита. Признаки укуса змеи. Оказание первой помощи пострадавшему, укушенному змеей	Решение ситуационной задачи.		<ul style="list-style-type: none"> <li>- уметь отличать ужа от гадюки;</li> <li>- отличать по виду раны укуса неядовитой и ядовитой змей;</li> <li>- знать, как оказать первую помощь при укусе насекомого (пчелы, осы), змеи.</li> <li>- представлять, как защититься от укуса змеи, как уберечься от клещевого энцефалита</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- умение ставить вопросы;</li> <li>- умение наблюдать;</li> <li>- умение слушать и слышать друг друга</li> </ul>	февр
22	Сооружение временного жилища	Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища или укрытия. Основные виды жилища и укрытий в летнее время (шалаш, навес) и способы их сооружения. Особенности укрытий в горах (грот, пещера). Основные виды жилища и укрытий в зимнее время (иглу, траншея, снежная пещера) и способы их сооружения.	Мысленное моделирование, изображение объекта	Квизис	<ul style="list-style-type: none"> <li>- знать основные виды временных укрытий;</li> <li>- иметь представление о способах сооружения различных временных укрытий</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- умение работать в группе;</li> <li>- приобретение навыков сопоставления и анализа информации</li> </ul>	февр
23	Способы добывания огня, разведение костров.	<p>Основные требования к месту и особенностям выбора места, где предполагается развести костер. Соблюдение мер пожарной безопасности.</p> <p>Разведение костра. Условия разведения костра. Растопка, ветки, поленья. Правила укладки топлива. Особенности разведения костра в ненастную погоду. Заготовка дров. Виды костров: пламенные, жаровые, дымовые, и их назначение. Типы жаровых костров: «шалаш», «колодец», «решетка», «звездный», «таежный», «нодья». Устройство экрана для увеличения тепла во время</p>	«Моделирование различных видов костров»		<ul style="list-style-type: none"> <li>- учатся выбирать место для костра, добывать огонь и разводить костер, соблюдая правила пожарной безопасности;</li> <li>- представлять назначение различных видов костров;</li> <li>- ознакомление со способами добывания огня без спичек.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование навыков работы с информацией;</li> <li>- приобретение умений работы с текстом</li> </ul>	февр

		ночевки под навесом. Способы добывания огня с помощью огнива, кремня и трута; с помощью «лука» и палочки. Способы сохранения огня.					
24	Туристские узлы и их применение	Виды туристских узлов, назначение, умение вязать узлы. Использование туристских узлов в различных ситуациях	«Вязание простейших туристских узлов»	Зачет по узлам	- знать виды туристских узлов и их применение; - уметь вязать туристские узлы	-совершенствование навыков работы с информацией; - приобретение умений преобразования информации	февр
26	Сигналы бедствия	Использование сигналов бедствия в экстремальных ситуациях. Сигнальные костры и их устройство. Использование одежды для подачи сигналов. Специальные знаки международной кодовой таблицы сигналов.	Решение ситуационных задач	Квизис	- иметь представление о различных способах подачи сигналов бедствия; - знать международные сигналы спасения	- приобретение навыков систематизации, полученной информации;	март
27	Безопасность на водоемах	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.	Решение ситуационной задачи.	Квизис	- знать правила безопасного поведения на воде в различные времена года; - представлять действия по оказанию помощи тонущему	- приобретение навыков систематизации, полученной информации;	март
<b>Тема «Туристический поход: радость без неприятностей»</b>							
28	Подготовка к походу	Обеспечение безопасности, распределение обязанностей, продуктов и снаряжения, выбор маршрута. Выбор и подготовка обуви. Требования к обуви и правила ее подбора. Тесная, жесткая или очень просторная обувь. Обувь для различных дорог, горной местности и на период дождей. Правила пользования обувью. Выбор, подготовка и пользование одеждой.	Работа в команде		- иметь представление о подготовке снаряжения, одежды и обуви к походу в разные времена года	- приобретение навыков сопоставления и анализа информации	март

		Особенности пользования одеждой и обувью в зимнее время. Режим дня в походе.					
29	Рюкзак – это серьезно.	Подбор снаряжения. Формирование содержания рюкзака. Правила упаковки содержимого в рюкзак.		Квизис	- знать основные правила формирования содержания рюкзака - понимать, что правильно сформированная кладь снизит нагрузку на опорно-двигательный аппарат и сердечно-сосудистую систему.	- приобретение навыков критического мышления - формирование собственного мнения о проблеме, умения решить проблему на основе полученных знаний.	апр
30	Средства оказания первой помощи. Походная аптечка.	Комплектование походной аптечки лекарственными средствами и другими средствами оказания помощи. Использование лекарственных растений для оказания первой помощи в условиях вынужденного автономного существования		Квизис	- знать назначение наиболее распространенных лекарственных средств, входящих в состав аптечки; - знать о лекарственных растениях и способах их использования	- практическое освоение умений; - контроль и оценивание своих действий	апр
31	Обеспечение питанием и водой	Обеспечение питанием штатно и из резервов природы. Обеспечение водой. Потребность человека в воде. Использование воды из водоемов. Использование снега, льда. Проблема очистки и обеззараживания воды в природных условиях. Способы очистки и обеззараживания воды. Способы добывания воды: сбор дождевой воды или росы с веток деревьев; специальное устройство для добывания воды.			- иметь представление о способах обеспечения водой и питанием в условиях нормального и автономного существования.	- формирование навыков работы с информацией; - приобретение умений работы с текстом	апр
32	Поиск и приготовление пищи	Правила использования съедобных растений в пищу. Способы кипячения воды и приготовления растительной			- знать как готовить пищу на костре в условиях	- формирование навыков работы с информацией;	апр

		пищи при отсутствии посуды. Способы и средства для приготовления пищи в полевых условиях. Охота и рыбалка. Изготовление средств для рыбалки из подручных материалов. Основные правила рыбалки. Особенности приготовления на костре рыбы и мелких животных			обычного автономного существования в природе.	и на - приобретение умений работы с текстом	
33	Алкоголь наносит удары по организму.	Алкоголь как ксенобиотик. Действие алкоголя на организм человека. Последствия употребления алкоголя и злоупотребления алкоголем.	Работа в паре. Выполнение эскиза плаката		- знать о вредном воздействии алкоголя на системы и органы человека - понимать, что в переработке алкоголя задействованы жизненно важные органы, для которых алкоголь – яд.	- формирование критического мышления, умения оценивать ситуацию, делать правильные выводы на основе изученного материала.	май
34	Курение убивает.	История появления никотина в жизни россиян. Действие никотина и смол на организм человека.	Выполнение эскиза плаката		- знать о вредном воздействии табакокурения на системы и органы человека - понимать, что при вдыхании табачного дыма происходят сложные химико-биологические процессы для прохождения которых задействованы жизненно важные органы, для которых никотин и смолы – яд.	- формирование критического мышления, умения оценивать ситуацию, делать правильные выводы на основе изученного материала.	май

Материально-техническое обеспечение учебного процесса:

Компьютер

Мультимедиапроектор

Электронное пособие «Видеоуроки ОБЖ-6»

Электронное пособие «Электронная тетрадь ОБЖ – 6»

Плакаты по ПДД

Раздаточные материалы по темам курса.