

Приложение к основной образовательной программе
основного общего образования

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Верхнепокровская средняя общеобразовательная школа»
Красногвардейский район
Белгородская область

Рассмотрена на заседании ШМО учителей технологического-эстетического цикла Протокол № <u>1</u> от « <u>27</u> » <u>августа</u> 2020 г Руководитель <u>Попков Ф.В.</u>	Согласована Заместитель директора МБОУ «Верхнепокровская СОШ» <u>Алехина О.И.</u> « <u>28</u> » <u>августа</u> 2020 г	Рассмотрена на заседании педагогического совета МБОУ «Верхнепокровская СОШ» Протокол № <u>2</u> « <u>29</u> » <u>августа</u> 2020 г	Утверждена приказом № <u>192/ОД</u> от « <u>31</u> » <u>августа</u> 2020 г Директор МБОУ «Верхнепокровская СОШ» <u>Поданева Е.А.</u>
---	---	--	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
внеурочной деятельности
«Безопасность жизнедеятельности (БЖД)»
для 5-6 классов

Составитель:
Алехин С.А.
преподаватель-организатор ОБЖ:

2020 год

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности общеинтеллектуального направления «Безопасность жизнедеятельности (БЖД)» разработана на основе авторской программы «Основы безопасности жизнедеятельности 5-9 классы», А.Т. Смирнова, Б.О.Хренникова, М.: «Просвещение», 2017 г.

Программа обеспечена УМК: А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников «Основы безопасности жизнедеятельности» 5 класс, учебник для общеобразовательных учреждений М:Просвещение, 2018г. и А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников «Основы безопасности жизнедеятельности» 6 класс, учебник для общеобразовательных учреждений М:Просвещение, 2017.

Цель программы внеурочной деятельности:

- безопасное поведение обучающихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание каждым обучающимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- принятие обучающимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи, справедливости судов и ответственности власти;
- антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение обучающихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение обучающихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- готовность и способность обучающихся к нравственному самосовершенствованию.

Достижение этих целей обеспечивается решением следующих **задач**:

- формирование у обучающихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у обучающихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Внеурочная деятельность предназначена для:

- формирования у обучающихся основных понятий об опасных и чрезвычайных ситуациях в повседневной жизни, об их последствиях для здоровья и жизни человека;
- выработки у них сознательного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности окружающих;
- приобретения обучающимися способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных и угрожающих жизни условиях и умения адекватно реагировать на различные опасные ситуации с учетом своих возможностей.

Возраст обучающихся: 10-12 лет (обучающиеся 5-6 классов).

Срок реализации программы: 2 года.

Программа рассчитана на 68 часов по 34 часа в год, по 1 часу в неделю. Длительность занятия 45 минут.

Занятия проводятся в кабинете ОБЖ, на спортивной площадке, в спортивном зале, в форме теоретических и практических занятий, соревнований, зачетов, игр.

Результаты освоения курса внеурочной деятельности

Личностные результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 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;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств 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, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

- 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;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищенности, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности ее решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналоги, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- 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;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметные результаты:

- формирование первичных навыков определения потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающих в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- формирование системы безопасного поведения в повседневной жизни;
- формирование навыков определения экстремизма и терроризма, причин их возникновения;
- умение пользоваться системой обеспечения безопасности (милиция, скорая помощь, пожарная охрана);
- знание правил обеспечения безопасности на современном транспорте;
- владение основными правилами дорожного движения, правильностью определения знаков ДД;
- умение правильно оценить ситуацию при пожаре;
- знание правил безопасного поведения в быту, предупреждение травм в школьном возрасте;
- владение понятиями о здоровье и здоровом образе жизни;
- владение первичными знаниями по оказанию первой помощи.

Содержание курса внеурочной деятельности с указанием форм организации и видов деятельности

5 класс

Основы безопасности личности, общества и государства (22 ч)

Раздел 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (13 часов)

Город как среда обитания. Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища. Особенности природных условий в городе. Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность. Безопасность в повседневной жизни. Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения. Пешеход. Безопасность пешехода. Пассажир. Безопасность пассажира. Водитель. Правила безопасного поведения на объектах железнодорожного транспорта и инфраструктуры. Пожарная безопасность, правила безопасного поведения при пожаре. Безопасное поведение в бытовых ситуациях, правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами. Погодные условия и безопасность человека. Безопасность на водоёмах.

Раздел 2. Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного характера (2 часа)

Чрезвычайные ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера.

Раздел 3. Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации (7 ч)

Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение (3 часа). Антиобщественное поведение и его опасность.

Обеспечение личной безопасности дома. Обеспечение личной безопасности на улице. Элементарные способы самозащиты.

Терроризм и экстремизм – чрезвычайные опасности для общества и государства (4 часа). Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения. Виды экстремистской и террористической деятельности. Виды террористических актов и их последствия.

Безопасность при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Безопасность при похищении или захвате в заложники и при проведении мероприятий по освобождению заложников.

Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие террористической деятельности

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (12 ч)

Раздел 1. Основы здорового образа жизни (5 ч)

Здоровый образ жизни и его составляющие (3 часа).

О здоровом образе жизни. Двигательная активность и закаливание организма – элементы здорового образа жизни. Рациональное питание. Гигиена питания.

Факторы, разрушающие здоровье (2 часа).

Вредные привычки и их влияние на здоровье. Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек (практические занятия).

Раздел 2. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (7 ч)

Оказание первой медицинской помощи (7 часов).

Первая помощь при различных видах повреждений. Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах (практические занятия). Первая помощь при отравлениях (практические занятия)

бкласс

Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства (24 ч)

Подготовка к активному отдыху на природе (5 ч)

Природа и человек. Особенности природной среды. Необходимость сохранения окружающей природной среды.

Ориентирование на местности. Понятие ориентирования на местности. Способы определения сторон горизонта в дневное и ночное время.

Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Определение своего местонахождения с помощью карты. Способы ориентирования карты : по компасу, по линиям местности, по направлениям на местные предметы. Движение по маршрутам по азимуту.

Подготовка к выходу на природу. Порядок и содержание предварительной подготовки к выходу на природу. Распределение обязанностей между участниками похода. Требования к определению района похода и к маршруту движения. Режим похода.

Определение места для бивака и организация бивачных работ. Понятие «бивак». Выбор места для бивака. Организация основных бивачных работ: заготовка топлива, разведение костра, приготовление пищи.

Определение необходимого снаряжения для похода. Особенности подбора и подготовки к походу туристского снаряжения в зависимости от условий похода .Одежда туриста, требования к ней. Комплект аптечки первой помощи.

Активный отдых на природе и безопасность (5 ч)

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе. Общие правила безопасного поведения во время активного отдыха на природе. Необходимость тщательной подготовки к любому выходу на природу. Значение соблюдения правил личной безопасности в походе.

Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности. Особенности пешеходного туризма. Порядок движения туристов по равнинной и горной местности. Обеспечение безопасности туриста в пешем походе по равнинной и горной местности.

Подготовка и проведение лыжных походов. Особенности подготовки и проведения лыжных походов. Особенности экипировки и снаряжения туриста-лыжника. Режим движения лыжника. Обеспечение безопасности туриста-лыжника в походе.

Водные походы и обеспечение безопасности на воде. Особенности водного туризма. Требования к уровню подготовки туриста-водника. Этапы подготовки к водному походу. Правила безопасного поведения на воде во время похода.

Велосипедные походы и безопасность туристов. Основные особенности велосипедного туризма и требования, предъявляемые к его участникам. Мероприятия, проводимые при подготовке к велосипедному походу. Обеспечение безопасности, в том числе личной, участников велосипедного похода.

Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности (6 ч)

Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем (внутреннем) и выездном туризме. Общие представления о дальнем и выездном туризме. Влияние дальних поездок на здоровье человека. Общие правила подготовки к дальнему и выездному туризму. Личная безопасность человека в дальнем и выездном туризме.

Акклиматизация человека в различных климатических условиях. Акклиматизация- неизбежный процесс, происходящий в организме человека, связанный с приспособлением организма к новым климатическим условиям. Факторы, влияющие на акклиматизацию человека. Особенности акклиматизации к условиям холодного климата, жаркого климата. Общие правила поведения человека в новых климатических условиях для обеспечения его личной безопасности.

Акклиматизация в горной местности. Особенности климатических условий в горах. Влияние высоты на организм человека. Горная болезнь. Особенности акклиматизации в горах. Обеспечение личной безопасности с учетом колебаний температуры воздуха, солнечной радиации и влажности воздуха в горах.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта. Общие меры по обеспечению безопасности пассажиров при следовании к местам отдыха различными видами транспорта. Правила по обеспечению личной безопасности при поездке к месту отдыха в автомобиле, в железнодорожном транспорте.

Обеспечение личной безопасности на водном транспорте. Способы и средства по обеспечению безопасности пассажиров на водном транспорте. Общие правила безопасного поведения пассажиров на корабле. Рекомендации по обеспечению личной безопасности пассажира при кораблекрушении.

Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте. Обеспечение безопасности пассажиров на воздушном транспорте. Правила поведения пассажира после посадки в самолет. Рекомендации по безопасному поведению пассажира при возникновении аварийной ситуации в полете.

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

Автономное существование человека в природе. Понятие об автономном существовании человека в природной среде. Добровольное и вынужденное автономное существование человека в природной среде. Умения и качества человека, необходимые для успешного автономного существования в природе.

Добровольная автономия человека в природной среде. Содержание добровольной автономии человека (группы людей) в природной среде, основные цели добровольной автономии. Характерные примеры добровольного существования человека (группы людей) в природной среде. Предварительная всесторонняя подготовка к добровольной автономии, ее значение.

Вынужденная автономия человека в природной среде. Влияние вынужденной автономии на состояние человека. Задачи, которые приходится решать человеку в условиях вынужденной автономии. Правила безопасного поведения в условиях вынужденной автономии.

Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. Умения, которыми должен овладеть человек для безопасного существования в природной среде: сооружение временного укрытия из подручных средств; способы добывания огня; способы обеспечения питьевой водой.

Опасные ситуации в природных условиях (4 ч)

Опасные погодные явления. Влияние погодных условий на безопасное пребывание человека в природной среде. Характерные признаки ухудшения погоды. Безопасное поведение во время грозы. Безопасное поведение во время пурги.

Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Опасности, возникающие при неожиданной встрече с дикими животными в природной среде. Рекомендации специалистов по безопасному поведению в природных условиях при встрече с дикими животными. Меры безопасности при встрече со змеей.

Укусы насекомых и защита от них. Кровососущие насекомые и средства защиты от них. Жалящие насекомые и защита от них. Лесные клещи, места их обитания, опасность их укуса.

Клещевой энцефалит и его профилактика. Опасность для здоровья человека в случае заражения клещевым энцефалитом. Пути заражения клещевым энцефалитом. Меры профилактики клещевого энцефалита.

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

Первая помощь при неотложных состояниях (4 ч) Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях. Основные правила личной гигиены, которые необходимо соблюдать в походной жизни. Умение оказать первую помощь (самопомощь и взаимопомощь) и обеспечить безопасность туриста. Индивидуальная аптечка, ее предназначение и содержание.

Оказание первой помощи при травмах. Оказание первой помощи при ссадинах и потертостях. Оказание первой помощи при ушибах и вывихах. Оказание первой помощи при растяжениях и разрывах связок.

Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и термическом ожоге. Причины, способствующие возникновению в походных условиях теплового и солнечного ударов, отморожения и термического ожога. Внешние проявления и состояния человека при возникновении в условиях теплового и солнечного ударов, отморожения и термического ожога.

Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и термическом ожоге.

Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых. Рекомендации по правилам оказания первой помощи при укусах змей и насекомых. Последовательность и правила оказания первой помощи при укусах змей и насекомых.

Здоровье человека и факторы, на него влияющие (6 ч)

Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека. Утомление, его причины и возможные последствия. Профилактика утомления.

Компьютер и его влияние на здоровье. Роль компьютера в жизни современного человека. Влияние работы за компьютером на здоровье человека. Безопасный режим работы школьника за компьютером.

Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Зависимость здоровья человека от состояния окружающей среды. Влияние производственной деятельности человека на загрязнение окружающей природной среды. Пути повышения устойчивости организма человека к неблагоприятному воздействию на него внешней среды.

Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека. Сущность и значение социального развития человека. Формирование социальной зрелости учащегося.

Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека. Психоактивные вещества и наркотики. Наркомания и механизм формирования наркотической зависимости. Основные причины распространения наркомании.

Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ. Наркомания и ее распространение. Первая проба наркотиков – начало развития наркомании. Четыре правила «Нет наркотикам».

Тематическое планирование

5 класс

№ п/п	Темы занятий	Кол-во часов			Характеристика деятельности учащегося или виды учебной деятельности
		Всего	Теория	Практика	
	Основы безопасности личности, общества и государства	22	12	10	
1.1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	13	6	7	
1	Город как среда обитания.	1	1	-	<p>Определить зоны опасности. Соблюдать алгоритм поведения.</p> <p>Знать причины возникновения опасных ситуаций в жилище. Знать природные и антропогенные факторы. Умение работать с учебником, выделять главное. Изучить правила безопасного общения с окружающими людьми в городе. Ознакомление с ЧС, основные службы города и их задачи</p> <p>Определять дорожные знаки и их деление на группы. Знать меры безопасного поведения пешехода на дороге, правила пользования транспортом.</p> <p>Посадка в общественный транспорт, пожар в общественном транспорте. Правила безопасного пользования и управления элементарным транспортом. Владеть основными правилами поведения при пожаре. Правила поведения при затоплении жилища. Действия при разрушении зданий. Правильно пользоваться препаратами бытовой химии.</p> <p>Знать природные и антропогенные факторы. Умение работать с учебником, выделять главное.</p> <p>Знать правила безопасного поведения при ЧС.</p>
2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.	1	1	-	
3	Особенности природных условий в городе.	1	1	-	
4	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность	1	-	1	
5	Безопасность в повседневной жизни	1	-	1	
6	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения.	1	-	1	
7	Опасные ситуации техногенного характера. Пешеход. Безопасность пешехода.	1	1	-	
8	Пассажир. Безопасность пассажира. Водитель.	1	-	1	
9	Правила безопасного поведения на объектах железнодорожного транспорта и инфраструктуры.	1	1	-	
10	Пожарная безопасность.	1	-	1	
11	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	1	-	1	
12	Опасные ситуации природного характера. Погодные условия и безопасность человека	1	1	-	
13	Безопасность на водоёмах	1	-	1	

1.2	Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного характера.	2	2	-	
14	Чрезвычайные ситуации природного характера	1	1	-	Правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений. Обеспечение личной безопасности в ЧС.
15	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	1	1	-	
1.3	Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации	7	4	3	
16	Антиобщественное поведение и его опасность.	1	1	-	Умение определения и оценки антиобщественного поведения. Распознавание признаков возникновения опасной ситуации дома и на улице. Формирование умения по обеспечению личной безопасности дома, умения по прогнозированию основных опасностей и обеспечению личной безопасности на улице
17	Обеспечение личной безопасности дома.	1	-	1	
18	Обеспечение личной безопасности на улице. Элементарные способы самозащиты.	1	-	1	
19	Экстремизм и терроризм. Виды экстремистской и террористической деятельности.	1	1	-	Объясняют общие понятия об экстремизме и о терроризме и причины их возникновения. Характеризуют основные виды террористической деятельности. Анализируют виды террористических актов и их характерные особенности. Составляют план своих действий при угрозе возникновения теракта и при теракте. Характеризуют ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение. Формулируют свои правила поведения в повседневной жизни, чтобы не стать правонарушителями, и записывают их в дневник безопасности.
20	Виды терактов. Безопасность при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве)	1	1	-	
21	Безопасность при похищении или захвате в заложники и при проведении мероприятий по освобождению заложников	1	-	1	
22	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие террористической деятельности	1	1	-	
2	<i>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</i>	12	5	7	
2.1	Основы здорового образа жизни	5	4	1	
23	О здоровом образе жизни	1	1	-	Объясняют основные положения о здоровом образе жизни. Распознают виды двигательной активности и закаливания. Характеризуют сущность рационального питания
24	Двигательная активность и закаливание организма – элементы здорового образа жизни.	1	1	-	
25	Рациональное питание. Гигиена питания.	1	1	-	

26	Вредные привычки и их влияние на здоровье.	1	1	-	Объясняют, как уберечь себя от курения и алкоголя. Формирование ЗОЖ.
27	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек (практические занятия)	1	-	1	
2.2	Оказание первой медицинской помощи	7	1	6	
28	Общие правила оказания первой помощи.	1	1		Отработка навыков оказания первой медицинской помощи при различных повреждениях
29	Первая помощь при различных видах повреждений.	1	-	1	
30	Первая помощь при ушибах (практические занятия)	1	-	1	
31	Первая помощь при ссадинах (практические занятия)	1	-	1	
32	Первая помощь при отравлениях (практические занятия)	1	-	1	
33	Первая помощь при отравлении никотином (практические занятия)	1	-	1	
34	Первая помощь при отравлении угарным газом (практические занятия)	1	-	1	
	Итого	34	17	17	

6 класс

№ n/n	Темы занятий	Кол-во часов			Характеристика деятельности учащегося или виды учебной деятельности
		Всего	Теория	Практика	
	Основы безопасности личности, общества и государства (24 ч)	24	17	7	Объясняют необходимость сохранения окружающей природной среды. Определяют основные особенности для безопасного пребывания человека в природной среде. Характеризуют основные способы ориентирования на местности. Вырабатывают навыки работы с картой. Характеризуют порядок подготовки к выходу на природу. Начинают вести дневник безопасности, в котором описывают различные ситуации, случающиеся с человеком в природных условия
1.1	Подготовка к активному отдыху на природе	5	1	4	
1	Природа и человек.	1	1		
2	Ориентирование на местности. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.	1		1	
3	Подготовка к выходу на природу.	1		1	
4	Определение места для бивака и организация бивачных работ.	1		1	
5	Определение необходимого снаряжения для похода.	1		1	
		5	1	4	Характеризуют общие правила безопасности во время активного отдыха на природе. Сравнивают основные меры безопасности при пешеходных походах на равнинной и горной местности. Объясняют, какие факторы необходимо учитывать при подготовке к лыжному походу. Характеризуют основные особенности подготовки к водному туризму. Объясняют особенности подготовки к велосипедному туризму. Объясняют, какие существуют возрастные ограничения для юных велотуристов
1.2	Активный отдых на природе и безопасность (5 ч)				
6	Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.	1	1		
7	Подготовка и проведение пешеходных походов на равнинной и горной местности	1		1	
8	Подготовка и проведение лыжных походов.	1		1	
9	Водные походы и обеспечение безопасности на воде.	1		1	
10	Велосипедные походы и безопасность туристов.	1		1	
1.3	Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры	6	6	=	Анализируют основные факторы, оказывающие влияние на безопасность

	<u>безопасности</u>				человека в дальнем и выездном туризме. Различают факторы, которые способствуют быстрой акклиматизации человека в различных климатических условиях.
11	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем (внутреннем) и выездном туризме.	1	1		Характеризуют особенности акклиматизации человека в горах.
12	Акклиматизация человека в различных климатических условиях.	1	1		Анализируют порядок обеспечения личной безопасности при следовании к местам отдыха различными видами транспорта.
13	Акклиматизация в горной местности.	1	1		Составляют план своих действий при возникновении опасных ситуаций, которые могут возникнуть при следовании речным или морским судом.
14	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.	1	1		Характеризуют средства безопасности, имеющиеся на борту самолета, и запоминают правила их использования.
15	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте.	1	1		
16	Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте.	1	1		
1.4	<u>Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде</u>	4	4	-	Характеризуют виды автономного существования человека в природной среде. Анализируют обстоятельства, при которых человек может попасть в условия вынужденной автономии в природной среде. Объясняют правила и методы по формированию навыков для безопасного существования в природной среде.
17	Автономное существование человека в природе.	1	1		
18	Добровольная автономия человека в природной среде.	1	1		
19	Вынужденная автономия человека в природной среде.	1	1		
20	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.	1	1		Формулируют качества, которыми должен обладать человек для успешного выхода из условий вынужденной автономии в природной среде. Дают оценку действиям людей, попавших в экстремальные условия в природной среде.
1.5	<u>Опасные ситуации в природных условиях</u>	4	4	-	Характеризуют опасные погодные явления, случающиеся в своем регионе, и анализируют
21	Опасные погодные явления.	1	1		

22	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.	1	1		их последствия. Запоминают диких животных и насекомых, обитающих в регионе проживания обучающихся. Объясняют, какую опасность эти животные представляют при встрече с ними. Сравнивают меры профилактики, которые могут понадобиться при встрече с опасными дикими животными и насекомыми. Объясняют меры профилактики клещевого энцефалита.
23	Укусы насекомых и защита от них.	1	1		
24	Клещевой энцефалит и его профилактика.	1	1		
2	<i>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</i>	10	7	3	
2.1	<u>Первая помощь при неотложных состояниях (4 ч)</u>	<u>4</u>	<u>1</u>	<u>3</u>	
25	Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях.	1	1		Характеризуют основные правила личной гигиены, которые необходимо соблюдать в походной жизни. Выработывают навыки в оказании первой помощи в походе: при травмах, при тепловом и солнечном ударе, при отморожении и ожоге. Сравнивают порядок по оказанию первой помощи при укусах змей и насекомых.
26	Оказание первой помощи при травмах.	1		1	
27	Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и термическом ожоге.	1		1	
28	Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых.	1		1	
2.2	<u>Здоровье человека и факторы, на него влияющие (6 ч)</u>	<u>6</u>	<u>6</u>	<u>:</u>	Объясняют положение о том, что здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека. Характеризуют влияние основных неблагоприятных факторов окружающей среды на здоровье человека. Характеризуют пагубное влияние на здоровье человека употребления наркотиков. Выработывают отрицательное отношение к
29	Здоровый образ жизни и профилактика утомления.	1	1		
30	Компьютер и его влияние на здоровье.	1	1		
31	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	1	1		
32	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.	1	1		
33	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на	1	1		

	здоровье человека.				
34	Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ.	1	1		приему наркотиков. Находят в сети Интернет и в средствах массовой информации, в книгах примеры заболевания наркоманией подростков и анализируют их.
	Итого	34	23	11	

Прошито и пронумеровано 16

(шестнадцать)
страниц.

Директор школы: *Е. Поданева* Е.Поданева

