

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Черёмушкинская средняя общеобразовательная школа

Согласовано:

«31» августа 2021 г.

Заместитель директора
школы по УВР

 А.В. Зуборева

Рассмотрено на заседании

педагогического совета школы

Протокол №1 от 31 августа 2021 г.

Утверждаю:

Директор МБОУ

Черёмушкинская СОШ

 Дубковский А.А.

Приказ № 42

От 31 августа 2021 г.



Рабочая программа по ОБЖ 5 класс

Составил учитель физической культуры:
Дубковский Андрей Александрович

Рабочая программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5 класса составлена на основе примерной программы среднего (полного) общего образования по основам безопасности жизнедеятельности и авторской программы («Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности 5-11 классы.» Под общей редакцией А.Т.Смирнова Москва. «Просвещение» 2009 г».)

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты:

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

- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметные результаты:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать

право другого человека на иное мнение;

- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.
- формирование духовно-нравственных качеств учащихся для снижения опасности быть вовлеченным в экстремистскую и террористическую деятельность.

Предметные результаты:

- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребления алкоголя, наркотиков, курения и нанесения иного вреда здоровью;
- формирование экстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умения оказывать первую медицинскую помощь;
 - умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
 - умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
 - умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

Содержание учебного предмета

Вводный урок

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства

Человек, среда его обитания, безопасность человека

- Безопасность в быту

Особенности города (населенного пункта) как среды обитания человека. Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения. Возможные опасные и аварийные ситуации в жилище. Соблюдение мер безопасности в быту.

Опасные ситуации техногенного характера

- Безопасность на дорогах

Причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия. Организация дорожного движения. Правила Безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста. Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых ситуациях..

Опасные ситуации природного характера

- Безопасность на водоёмах

Особенности состояния водоёмов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Правила безопасного поведения на воде. Опасность водоёмов зимой. Меры предосторожности при движении по льду. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

- Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясение, наводнение, буря, ураган, сели, оползни, обвалы).
Чрезвычайные ситуации техногенного характера (радиационно опасные объекты, пожаровзрывоопасный объект, химически опасный объект)

Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение.

- Опасные ситуации социального характера

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности на улице, дома, в общественном месте. Профилактика нападений и самозащита при нападении насильников и хулиганов. Самооценка поведения. Психологические приёмы самозащиты. Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде дома, лифте. Правила обеспечения сохранности личных вещей. Правила защиты от мошенников. .

Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.

Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения. Меры предосторожности при обнаружении взрывного устройства. Поведение человека при захвате его террористами в качестве заложника. Меры безопасности при освобождении заложников сотрудниками спецслужб. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Основы здорового образа жизни

Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни

- Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни

Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.

Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия сохранения и укрепления здоровья.

Рациональное питание. Роль питания в сохранении здоровья человека

Факторы разрушающие здоровье.

- Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье

Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Табакокурение и его последствия для организма курящего и окружающих людей. Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Наркомания, токсикомания и другие вредные привычки.

Раздел 3. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Первая медицинская помощь и правила её оказания

- Оказание первой медицинской помощи

Медицинская (домашняя) аптечка. Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и ушибах. Перевязочные и лекарственные средства. Первая медицинская помощь при отравлениях газами, пищевыми продуктами, средствами бытовой химии, лекарствами.

Календарно-тематическое планирование

№ урока	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Дата
1	Вводный урок. Что такое ОБЖ.	1	
	Раздел 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека	5	
2	Город как среда обитания.	1	
3	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.	1	
4	Особенности природных условий в городе.	1	
5	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность.	1	
6	Безопасность в повседневной жизни. Тест.	1	
	Опасные ситуации техногенного характера	8	
7	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения	1	
8	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения. Тест.	1	
9	Пешеход. Безопасность пешехода.	1	
10	Пассажир. Безопасность пассажира.	1	
11	Водитель	1	
12	Безопасность велосипедиста. Контрольная работа.	1	
13	Пожарная безопасность	1	
14	Безопасное поведение в бытовых ситуациях. Тест.	1	
	Опасные ситуации природного характера	2	
15	Погодные условия и безопасность человека.	1	
16	Безопасность на водоёмах. Тест.	1	

	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	2	
17	Чрезвычайные ситуации природного характера	1	
18	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	1	
	Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение	3	
19	Антиобщественное поведение и его опасность.	1	
20	Обеспечение личной безопасности дома.	1	
21	Обеспечение личной безопасности на улице. Тест.	1	
	Экстремизм и терроризм — чрезвычайные опасности для общества и государства	4	
22	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения.	1	
23	Виды экстремистской и террористической деятельности.	1	
24	Виды террористических актов и их последствия.	1	
25	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности. Контрольная работа.	1	
	Раздел 2. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни	3	
26	0 здоровом образе жизни.	1	
27	Двигательная активность и закаливание организма — необходимые условия укрепления здоровья.	1	
28	Рациональное питание. Гигиена питания	1	
	Факторы, разрушающие здоровье	2	
29	Вредные привычки и их влияние на здоровье.	1	
30	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек. Тест.	1	
	Раздел 3. Первая помощь и правила её оказания	5	
31	Первая помощь при различных видах повреждений	1	
32	Первая помощь при различных видах повреждений. Практическая работа.	1	
33	Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах	1	
34	Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах. Практическая работа.	1	
35	Первая помощь при отравлениях. Контрольная работа.	1	

Используемая литература

- Пособие для учителя «Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 5—11 классы»
- Пособие для учителя «Основы безопасности жизнедеятельности. Поурочные разработки. 5—9 классы»
- Справочник для учащихся «Основы безопасности жизнедеятельности»
- Основы безопасности жизнедеятельности: 5 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А.Т Смирнова.

Интернет ресурсы

1. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок». - Режим доступа : [http://festival. 1 september.ru/ articles/576894](http://festival.1september.ru/articles/576894)
2. Учительский портал. -Режим доступа : <http://www.uchportal.ru/load/102-1-0-13511> К уроку, ш. -Режим доступа : <http://www.k-uroky.ru/load/71-1-0-6958>
3. Сеть творческих учителей. - Режим доступа : <http://www.it-n.ru/communities.aspx>Педсовет. Su. - Режим доступа : <http://pedsovet.su>
4. Прошколу. Ru. - Режим доступа : <http://www.proshkolu.ru>Педсовет, org. - Режим доступа : <http://pedsovet.org>