

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство просвещения и воспитания Ульяновской области

Администрация муниципального образования "Цильнинский район"
Ульяновской области

Муниципальное общеобразовательное учреждение

Малонагаткинская средняя школа

муниципального образования «Цильнинский район» Ульяновской области

РАССМОТРЕНО

СОГЛАСОВАНО

УТВЕРЖДЕНО

на заседании ШМО
учителей естественно-
математического цикла

Заместитель директора
по УВР

Директор школы

И. Н. Вражкина

Г. Н. Тищенко

А. К. Ясюлис

«22» августа 2023 г.

Приказ №175 от «22» августа
2023 г.

Протокол №1 от «22» августа
2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Наименование учебного предмета: **Основы безопасности
жизнедеятельности**

Класс: **5**

Уровень общего образования: **основное общее**

Уровень программы: **базовый**

Учитель: **Мерлушкин Н. В.**

Срок реализации программы: **2023-2024 учебный год**

Количество часов по учебному плану: **34 часа в год, 1 час в неделю**

Учебник: **Основы безопасности жизнедеятельности
класс. Под редакцией С.Н. Егорова.
М.: Просвещение, 2023 г.**

Рабочую программу составила(а): _____ **Мерлушкин Н.В.**

с. Малое Нагаткино 2023 год

Планируемые результаты изучения предмета

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА Федеральная рабочая программа по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» (предметная область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности») (далее соответственно – программа ОБЖ, ОБЖ) включает пояснительную записку, содержание обучения, планируемые результаты освоения программы по ОБЖ, тематическое планирование. Программа ОБЖ разработана на основе требований к результатам освоения программы основного общего образования, представленных в ФГОС ООО, федеральной рабочей программы воспитания, концепции преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» и предусматривает непосредственное применение при реализации ООП ООО. Программа ОБЖ позволит учителю построить освоение содержания в логике последовательного нарастания факторов опасности от опасной ситуации до чрезвычайной ситуации и разумного взаимодействия человека с окружающей средой, учесть преемственность приобретения обучающимися знаний и формирования у них умений и навыков в области безопасности жизнедеятельности. Программа ОБЖ обеспечивает: ясное понимание обучающимися современных проблем безопасности и формирование у подрастающего поколения базового уровня культуры безопасного поведения; прочное усвоение обучающимися основных ключевых понятий, обеспечивающих преемственность изучения основ комплексной безопасности личности на следующем уровне образования; возможность выработки и закрепления у обучающихся умений и навыков, необходимых для последующей жизни; выработку практико-ориентированных компетенций, соответствующих потребностям современности; реализацию оптимального баланса межпредметных связей и их разумное взаимодополнение, способствующее формированию практических умений и навыков. В Программе ОБЖ содержание учебного предмета ОБЖ структурно представлено десятью модулями (тематическими линиями), обеспечивающими непрерывность изучения предмета на уровне основного общего образования и преемственность учебного процесса на уровне среднего общего образования: модуль № 1 «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»; модуль № 2 «Безопасность в быту»; модуль № 3 «Безопасность на транспорте»; модуль № 4 «Безопасность в общественных местах»; модуль № 5 «Безопасность в природной среде»; модуль № 6 «Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний»; модуль № 7 «Безопасность в социуме»; модуль № 8 «Безопасность в информационном пространстве»; модуль № 9 «Основы противодействия экстремизму и терроризму»; модуль № 10 «Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения». В целях обеспечения системного подхода в изучении учебного предмета ОБЖ на уровне основного общего образования Программа ОБЖ предполагает внедрение универсальной структурно-логической схемы изучения учебных модулей (тематических линий) в парадигме безопасной жизнедеятельности: «предвидеть опасность - по возможности её избегать - при необходимости действовать». Учебный материал систематизирован по сферам возможных проявлений рисков и опасностей: помещения и бытовые условия; улица и общественные места; природные условия; коммуникационные связи и каналы; объекты и учреждения культуры и др. Программой ОБЖ предусматривается использование практико-ориентированных интерактивных форм организации учебных занятий с возможностью применения тренажёрных систем и виртуальных моделей. При этом использование цифровой образовательной среды на учебных занятиях должно быть разумным, компьютер и дистанционные образовательные технологии не способны полностью заменить педагога и практические действия обучающихся. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ Ж

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5 классе являются:

- осознание важности здорового образа жизни;
- соблюдения правил здорового образа жизни;
- соблюдение правил безопасности в быту, в школе, на прогулках;
- способность оценивать свое поведение в разных жизненных ситуациях с точки зрения безопасности;
- способность предвидеть опасные ситуации и избегать их;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию,
- формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- 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;
- формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

Метапредметными результатами являются изучение предмета:

Регулятивные:

- 1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе 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 её 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;

Познавательные:

- 1) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- 2) смысловое чтение;

3) 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 учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

4) 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;

Коммуникативные:

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

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

Предметными результатами изучения предмета являются:

- расширение знаний о здоровом образе жизни, ситуациях, которые нарушают его, и причинах их возникновения;

- использование полученных знаний в учебных ситуациях, применение знаний для прогнозирования и оценки поведения;

- расширение кругозора и культурного опыта школьника, формирование умения воспринимать мир не только рационально, но и образно.

Ученик научиться:

- безопасно использовать бытовые приборы;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;

- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;

- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;

- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;

- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;

- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;

- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;

- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;

- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;

- безопасно применять первичные средства пожаротушения;

- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;

- соблюдать правила дорожного движения велосипедиста;

- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;

- использовать средства и способы само-и взаимопомощи на воде;

- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;

- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайных ситуациях;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья;
- планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- анализировать состояние своего здоровья;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы Интернета;
- оказывать первую помощь при ушибах, растяжениях, вывихах, переломах, ожогах, отморожениях и общем переохлаждении, при отравлениях, при теплов (солнечном) ударе, при укусе насекомых и змей.

Ученик получит возможность научиться:

- 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;
- 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;
- понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской 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 последствий для личности, общества и государства;
- знание мер безопасности и правил поведения и умение их применять в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников; готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределённости;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

II. Содержание курса

МОДУЛЬ «КУЛЬТУРА БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ В СОВРЕМЕННОМ ОБЩЕСТВЕ»

Человек и его безопасность

Опасности в жизни человека.

Опасные и чрезвычайные ситуации. Источники опасных ситуаций. Возникновение опасных ситуаций из-за человеческого фактора.

Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях.

Понятия «безопасность», «безопасность жизнедеятельности». Правила безопасности жизни. Краткие сведения о системе государственной защиты в области безопасности.

Разновидности чрезвычайных ситуаций.

Понятие «чрезвычайная ситуация». Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Чрезвычайные ситуации социального характера.

МОДУЛЬ «ЗДОРОВЬЕ И КАК ЕГО СОХРАНИТЬ»

Здоровье и факторы, влияющие на него

Что такое здоровье и здоровый образ жизни.

Определения понятий «здоровье», «здоровый образ жизни». Физическое здоровье. Духовное здоровье. Неразрывная связь физического и духовного здоровья.

Как сохранить здоровье.

Режим дня. Отдых. Сон как важнейший признак здоровья. Правильная и неправильная осанка при ходьбе и при работе за письменным столом. Близорукость и дальновзоркость. Развитие физических качеств (сила, быстрота, выносливость). Малоподвижный образ жизни. Двигательная активность. Закаливание и закаливающие процедуры. Питание. Вода, белки, витамины, жиры, минеральные вещества, углеводы — необходимые элементы, требующиеся для развития организма.

Личная гигиена.

Определение понятия «гигиена». Уход за зубами. Уход за кожей.

Выбор одежды по сезону. Правила гигиены на каждый день.

Предупреждение вредных привычек.

Вред табакокурения и употребления спиртных напитков. Негативное отношение к приёму наркотических и токсикоманических веществ.

Основные правила здорового образа жизни.

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ НА ТРАНСПОРТЕ»

Безопасное поведение на дорогах и в транспорте

Правила поведения для пешеходов.

Дорожная разметка. Регулирование дорожного движения. Пешеходные переходы (регулируемые и нерегулируемые). Пешеходная, велопешеходная и велосипедная дорожки. Дорожные знаки (восемь групп). Транспортные и пешеходные светофоры. Светофоры. Сигналы регулировщика. Движение пешеходов в городе и по загородным дорогам.

Правила поведения для пассажиров.

Общественный транспорт. Школьный автобус. Правила, которые необходимо выполнять пассажирам трамваев, троллейбусов, автобусов, метрополитена.

Если вы водитель велосипеда.

Движение велосипедистов согласно Правилам дорожного движения Российской Федерации. Средства индивидуальной защиты велосипедиста. Требования к техническому состоянию велосипеда.

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В БЫТУ»

Безопасность вашего жилища

Среда обитания человека.

Особенности сельских поселений. Особенности городов как среды обитания (смог, переработка и хранение бытовых отходов, шум и другие проблемы).

Службы, которые всегда приходят на помощь.

Правила вызова экстренных служб. Единый номер 112.

Основные правила безопасности на улице.

Безопасность в вечернее время. Безопасность в толпе.

Безопасность дома.

Источники опасности в современном жилище. Бытовой газ — источник повышенной опасности. Гигиена жилища.

Безопасность в подъезде и на игровой площадке.

Основные правила безопасности в подъезде и лифте, которые надо соблюдать, чтобы не подвергнуться нападению.

Основные правила безопасного поведения на игровой площадке.

Как вести себя при пожаре.

Правила поведения, если пожар в квартире. Рекомендации, как избежать пожара.

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В СОЦИУМЕ»

Безопасность в криминогенных ситуациях

Как избежать контактов со злоумышленниками и преступной средой.

Понятие «криминогенная ситуация». Разновидности преступлений. Правила безопасного поведения на улице, в образовательной организации, дома, которые необходимо соблюдать, чтобы не стать жертвой злоумышленников.

Советы на всю жизнь.

Полезные правила, которые помогут детям и подросткам избежать криминальных угроз.

МОДУЛЬ «ОСНОВЫ ПРОТИВОДЕЙСТВИЯ ЭКСТРЕМИЗМУ И ТЕРРОРИЗМУ»

Экстремизм и терроризм — угрозы личности, обществу и государству

Что такое экстремизм.

Понятия «экстремизм», «экстремистская деятельность». Опасные формы экстремистской деятельности. Ответственность за экстремистскую деятельность.

Терроризм — крайняя форма экстремизма.

Понятие «терроризм». Различные виды террористической деятельности. Ложные сообщения о терактах. Формы проявления терроризма. Ответственность несовершеннолетних за участие в террористической деятельности.

Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта.

Признаки наличия взрывного устройства. Правила поведения в различных ситуациях, связанных с проявлением террористической деятельности.

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В ИНФОРМАЦИОННОМ ПРОСТРАНСТВЕ»

Безопасность в информационной среде

Что такое информационная среда.

Понятия «информационная среда», «информационная безопасность». Основные источники информации.

Безопасное использование информационных ресурсов.

Понятие «киберзависимость». Правила безопасности для защиты от информационных угроз и опасностей.

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ»

Безопасность в различных погодных условиях и стихийных бедствиях

Как погодные условия могут влиять на безопасность человека.

Ветер. Гроза. Молния. Правила поведения при грозе. Гололёды гололедица.

Безопасное поведение на водоёмах.

Правила поведения на замёрзшем водоёме. Безопасность при купании в водоёмах летом.

Стихийные бедствия и связанные с ними опасности.

Землетрясение. Наводнение. Ураган. Сель. Оползень. Правила поведения во время стихийных бедствий.

МОДУЛЬ «БЕЗОПАСНОСТЬ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА»

Производственные аварии и их опасность для жизни, здоровья и благополучия человека

Химические производства и связанные с ними опасности.

Понятие «химическое заражение местности». Хлор и аммиак — аварийно химически опасные вещества (АХОВ). Правила действия после оповещения об аварии и угрозе химического заражения. Индивидуальные средства защиты.

Ядерные объекты и их опасности.

Радиационно опасный объект. Радиационная авария.

Правила безопасного поведения в условиях радиационной обстановки.

Гидротехнические сооружения и их опасности.

Понятие «гидродинамическая авария». Правила безопасного поведения в условиях гидродинамической аварии.

МОДУЛЬ «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ»

Первая помощь и правила её оказания

Основные правила оказания первой помощи.

Цель оказания первой помощи. Неотложные состояния, при которых необходимо оказывать помощь. Телефоны для вызова скорой медицинской помощи. Средства из домашней аптечки, которые нужно использовать при оказании первой помощи.

Первая помощь и взаимопомощь при ожоге.

Виды ожогов в зависимости от травмирующего источника, воздействующего на кожу (термические, электрические, лучевые, химические). Поверхностные и глубокие ожоги. Правила первой помощи при различных видах ожогов.

Первая помощь при отравлениях.

Различные пути попадания яда в человеческий организм. Правила безопасности для предупреждения случаев отравления.

Первая помощь при отравлении минеральными веществами и бытовой химией.

Первая помощь при травмах.

Понятия «ушиб», «травма». Первая помощь при ушибах и ссадинах.

Первая помощь при чрезвычайных ситуациях.

Правила оказания первой помощи в условиях различных чрезвычайных ситуаций.

III. Тематическое планирование курса ОБЖ 5 класс /34ч./

№ п/п	Название темы	Количество часов отводимые для изучения темы
------------------	----------------------	---

	Модуль 1 «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»	
1	Человек и его безопасность	3
	Модуль 2 «Здоровье и как его сохранить»	
2	Здоровье и факторы, влияющие на него	5
	Модуль 3 «Безопасность на транспорте»	
3	Безопасное поведение на дорогах и в транспорте	3
	Модуль 4 «Безопасность в быту»	
4	Безопасность вашего жилища	6
	Модуль 5 «Безопасность в социуме»	
5	Безопасность в криминогенных ситуациях	2
	Модуль 6 «Основы противодействия экстремизму и терроризму»	
6	Экстремизм и терроризм — угрозы личности, обществу и государству	3
	Модуль 7 «Безопасность в информационном пространстве»	
7	Безопасность в информационной среде	2
	Модуль 8 «Безопасность в природной среде»	
8	Безопасность в различных погодных условиях и при стихийных бедствиях	3
	Модуль 9 «Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера»	
9	Производственные аварии и их опасности для жизни, здоровья и благополучия человека	3
	Модуль 10 «Основы медицинских знаний»	
10	Первая помощь и правила её оказания	4

Календарно – тематическое планирование ОБЖ 5 класс. /34ч./

№	Тема уроков	Кол-во часов	План	Факт
	Человек и его безопасность	3		
1.	Опасности в жизни человека	1		
2.	Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях	1		
3.	Разновидности чрезвычайных ситуаций	1		
	Здоровье и факторы, влияющие на него	5		
4.	Что такое здоровье и здоровый образ жизни	1		
5.	Как сохранить здоровье	1		
6.	Личная гигиена	1		
7.	Предупреждение вредных привычек	1		
8.	Основные правила здорового образа жизни	1		
	Безопасное поведение на дорогах и в транспорте	3		
9.	Правила поведения для пешеходов	1		
10.	Правила поведения для пассажиров	1		
11.	Если вы водитель велосипеда	1		
	Безопасность вашего жилища	6		

12.	Среда обитания человека	1		
13	Службы, которые всегда приходят на помощь	1		
14	Основные правила безопасности на улице	1		
15	Безопасность дома	1		
16	Безопасность в подъезде и на игровой площадке	1		
17	Как вести себя при пожаре	1		
	Безопасность в криминогенных ситуациях	2		
18	Как избежать контактов со злоумышленниками и преступной средой.	1		
19	Советы на всю жизнь	1		
	Экстремизм и терроризм — угрозы личности, обществу и государству	3		
20	Что такое экстремизм.	1		
21	Терроризм — крайняя форма экстремизма.	1		
22	Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта	1		
	Безопасность в информационной среде	2		
23	Что такое информационная среда	1		
24	Безопасное использование информационных ресурсов	1		
	Безопасность в различных погодных условиях и при стихийных бедствиях	3		
25	Как погодные условия могут влиять на безопасность человека.	1		
26	Безопасное поведение на водоёмах при различных погодных условиях.	1		
27	Стихийные бедствия и их опасности	1		
	Производственные аварии и их опасности для жизни, здоровья и благополучия человека	3		
28	Химические производства и связанные с ними опасности.	1		
29	Ядерные объекты и их опасности.	1		
30	Гидротехнические сооружения и их опасности	1		
	Первая помощь и правила её оказания	4		
31	Основные правила оказания первой помощи	1		
32	Первая помощь и взаимопомощь при ожоге. Первая помощь при отравлениях	1		
33	Первая помощь при травмах.	1		
34	Первая помощь при чрезвычайных ситуациях	1		