

Муниципальное общеобразовательное учреждение «Ботовская школа»

Рассмотрено: Педсовет №1 от 31.08.2022 г.	Утверждено: Приказ № 333 от 31.08.2022 г. Директор школы: Т.А. Крупнова
--	---



**Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности
для 5-6 классов
на 2022-2023 учебный год**

Количество часов – 5 кл. - 17, 6 кл. - 17

Рабочая программа разработана на основе ООП ООО
МОУ «Ботовская школа»

Учитель: Караваяева О.Н.

Пояснительная записка

Рабочая программа линии УМК «Основы безопасности жизнедеятельности» (5-9) составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта общего образования, Требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, Фундаментального ядра содержания общего образования, по Программе основного общего образования по ОБЖ. 5-9 классы. Авторы Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко «Основы безопасности жизнедеятельности». 5-6 класс: учебно-методическое пособие под редакцией Н.Ф. Виноградова.- М.: Вентана-Граф, 2019.

Рабочая программа 5 класс по основам безопасности жизнедеятельности составлена с использованием **нормативно-правовой базы**:

1. Закона 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года.

2. На основании приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».

3. На основании разработанного Положения «О структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных курсов, предметов, дисциплин (модулей) в Муниципальном общеобразовательном учреждении «Ботовская школа».

I. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностными результатами обучения Основам безопасности жизнедеятельности в основной школе является формирование всесторонне образованной, инициативной и успешной личности, обладающей системой современных мировоззренческих взглядов, ценностных ориентации, идейно-нравственных, культурных и этических принципов и норм поведения.

Важнейшие **личностные результаты**:

- осознание важности здорового образа жизни;
 - соблюдение правил здорового образа жизни;
 - соблюдение правил безопасности в быту, в школе, на прогулках;
- и способность оценивать своё поведение в разных жизненных ситуациях с точки зрения безопасности;
- способность предвидеть опасные ситуации и избегать их;
 - быть готовыми к преодолению опасных ситуаций в случае их неизбежности.

Предметные результаты обучения:

- 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.

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

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

3. понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
4. понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
5. понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
6. формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
7. формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
8. понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
9. знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
10. знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
11. умение оказать первую помощь пострадавшим;
12. умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
13. умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Метапредметными результатами обучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности является (УУД).

Регулятивные УУД:

1. умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
2. 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;
3. 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;
4. умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
5. владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

II. Содержание рабочей программы

Основы безопасности жизнедеятельности 5 класс
(17 часов, 0,5 час в неделю)

Основы комплексной безопасности .

Почему нужно изучать предмет "ОБЖ". Чтобы сохранить здоровье нужно знать себя. Что такое - здоровый образ жизни.

Организм человека и его безопасность

Организм человека и его безопасность. За что отвечают системы органов. Чем человек отличается от животных. Почему нужно знать свой организм. Укрепляем нервную систему. Тренируем сердце. Развиваем дыхательную систему. Питаемся правильно.

Как вести здоровый образ жизни

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни

Здоровый образ жизни – индивидуальная глава 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

Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье

Мой безопасный дом

Чистота в доме - залог здоровья.

Как обезопасить себя при выполнении домашних дел. Наводим в доме чистоту.

Школьная жизнь

Безопасная дорога в школу. Выбор пути: безопасная дорога в школу

Пешеходы и пассажиры- участники дорожного движения. правила безопасности пешеходов.

Умение оценивать дорожную обстановку. Правила поведения в школе. Поведения на занятиях.

Поведение на переменах. Заболевший в школе. Правила поведения при пожаре

На игровой площадке.

Правила поведения на игровой площадке. Качели и безопасность. Правила езды на велосипеде. Оказание первой медицинской помощи. Медицинская (домашняя) аптечка. Оказание первой медицинской помощи при трамвах.

III. Учебно-тематический план

№	Название раздела, темы	Количество часов	Практические занятия
1	Основы комплексной безопасности.	1	
2	Организм человека и его безопасность	9	5
3	Как вести здоровый образ жизни .	6	1
4	Мой безопасный дом	2	
5	Школьная жизнь	10	4
6	На игровой площадке	4	
Всего:			10

Календарно-тематическое планирование

5 класс. Основы безопасности жизнедеятельности (17 часов, 0,5 час в неделю)

№ п/п	№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Планируемые результаты изучения темы			Дата	
				личностные	Метапредметные: познавательные УУД (П); коммуникативные УУД (К); регулятивные УУД (Р).	предметные	Планируемая	Фактическая
Основы комплексной безопасности <u>Воспитательный потенциал уроков:</u> 1) патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной. 2) готовность к служению Отечеству, его защите; 3) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты.								
1	1	Вводный урок. Почему нужно изучать предмет "ОБЖ"	1	Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	Р: Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни. П: Знать что означает ОБЖ К: Умение с достаточной полнотой выражать свои мысли,	Понять . что изучает предмет основы безопасности жизнедеятельности		
		Входной контроль по основам безопасности жизнедеятельности. Чтобы сохранить здоровье нужно знать себя	1	Формирование правил безопасного поведения в быту, угрожающих жизни и здоровью людей	К; Усвоение правил индивидуального безопасного поведения Р: Знать системы жизнеобеспечения, П; Уметь действовать при возникновении опас-ной ситуации .	Научиться понимать важные задачи изучения предмета. выявить проблемы в знаниях .		

		Что такое здоровый образ жизни	1	Формирование ответственного, бережного отношения к окружающей среде	К; добывать недостающую информацию с помощью вопросов Р; Знать важность сохранения ЗОЖ П; сравнивать здорового человека и страдающих различными недугами.	Научиться безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды.		
Организм человека и его безопасность.								
Воспитательный потенциал уроков: 1) патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной. 2) готовность к служению Отечеству, его защите; 3) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты								
2	2	Организм человека и его безопасность	1	Формирование понимания ценности здорового образа жизни	К; Знать значение двигательной активности. Р; самостоятельно найти информацию о пользе закаливания. П; Уметь систематически заниматься физической культурой	Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека.		
		За что "отвечают" системы органов	1	Усвоение правил безопасного поведения в повседневной жизни, угрожающих жизни и здоровью людей.	К; Изучить системы органов Р; Формировать умение правильно и быстро определить системы органов. П; Знать почему нужно знать свой организм.	научиться ориентироваться при чрезвычайных ситуациях. использовать службы безопасности по мере необходимости, применять правила личной безопасности.		
		Укрепляем нервную систему.	1	Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	К; Знать строение нервной системы человека. Р; обеспечить нормальную работу нервной. П; изучить что "любит" нервная система.	Познакомить с понятием "нервная система"		

3	3	Тренируем сердце. Практическая работа № 1 по теме: Измеряем пульс.	1	Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	К; Изучить - что такое сердце и его роль в жизнедеятельности организма. Р; Уметь определять пульс. П; изучить свою выносливость..	Изучить - что такое сердце и его роль в жизнедеятельности организма		
		Развиваем дыхательную систему. Практическая работа № 2 по теме	1	Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	К; Знать что такое дыхательная система. Р; Использовать умения для обеспечения личной безопасности. П; изучить правила тренировки дыхательной системы.	Изучить правила бережного отношения к дыхательной системе.		
		Питаемся правильно. Практическая работа № 3 по теме: Анализируем режим питания"	1	Формирование понимания ценности здорового питания.	К; Знать понятие «рациональное» питание; основные питательные вещества; рацион питания человека. Р; Соблюдать правила рационального питания. П; Уметь приводить примеры продуктов, содержащих: углеводы, жиры, белки, витамины.	Формировать знания об основных питательных веществах, о рационе питания. Развивать правила рационального питания.		
4	4	Практическая работа № 4 по теме: Определить степень загрязнения воды" .	1	Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	К; Знать общие правила очищения воды. Р; Уметь владеть основными правилами поведения на природе П; Определить степень загрязнения воды.	Выяснить можно ли пить воду из водоемов вашей местности.		

		Здоровье органов чувств. Практическая работа № 5 по теме "гимнастика для глаз".	1	Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	К; Знать основные органы чувств. Р; Уметь выполнять гимнастику для глаз. П; Сформировать представление о здоровье.	Изучить для чего нужна гимнастика для глаз.		
5	5	Проект и презентация Интересное о здоровье	1	Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	К; Знать правила проекта и презентации . Р; Уметь работать в команде. П; Сформировать представление о выборе темы для проекта.	Изучить что такое проект и презентация. уметь выбрать тему для проекта и презентации. уметь работать в команде..		

Как вести здоровый образ жизни

Воспитательный потенциал уроков: 1) патриотизм, уважение к своему народу, чувства ответственности перед Родиной. 2) готовность к служению Отечеству, его защите; 3) умение продуктивно общаться и взаимодействовать в процессе совместной деятельности, учитывать позиции других участников деятельности, эффективно разрешать конфликты

6	6	Что влияет на здоровье	1	Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	К; Знать определение – здоровый образ жизни. Р; Уметь оценивать свои возможности (умственные и физические) при планировании любой работы. П; Сформировать понимание о необходимости здорового образа жизни,	Формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;		
		Чистота залог здоровья.	1	Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	П; Соблюдать правила личной гигиены. Р ; Знать особенности развития организма человека в подростковом возрасте К; сформировать понимание ценности безопасного образа жизни	Познакомить с особенностями развития организма человека в подростковом возрасте		

7	7	Движение -это жизнь.	1	Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	П; Соблюдать правила личной гигиены. Р ;Знать особенности развития организма человека в подростковом возрасте К; сформировать понимания ценности безопасного образа жизни	Познакомить с особенностями развития организма человека в подростковом возрасте		
		Поговорим о закаливании	1	Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	К; Знать правила закаливания. Р; Знать особенности развития организма человека в подростковом возрасте Знать. П; Сформировать понимание о важности закаливания.	Знать правила закаливания.		
8	8	Компьютер и здоровье.	1	Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	К Знать правила безопасного использования компьютера . Р; Выполнять гимнастику за компьютером.. П; Сформировать понимание о опасности компьютерной зависимости.	Изучить правила безопасного использования компьютера. Научить выполнять специальные упражнения для профилактики переутомления при работе за компьютером;		
		Практическая работа № 6 по теме" Правила безопасного пользования компьютером"	1	Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	К Знать правила безопасного использования компьютера . Р; Выполнять гимнастику за компьютером.. П; Сформировать понимание о опасности компьютерной зависимости.	Изучить правила безопасного использования компьютера. Научить выполнять специальные упражнения для профилактики переутомления при работе за компьютером		

Мой безопасный дом

9	9	Наводим в доме чистоту	1	Формирование понятия ценности здорового и безопасного образа жизни.	К ; знать общие понятия о чистоте. Р ; Характеризовать чистоту в доме. П ; Составить памятку о правилах мытья посуды.	Сформировать представление о чистоте в доме.		
		Дела домашние : техника безопасности	1	Проявлять бережное отношение к бытовым приборам; позитивное отношение к процессу знакомства с правилами эксплуатации бытовых электроприборов; осознание собственных достижений при освоении темы	П :использовать приобретённые знания при эксплуатации бытовых электроприборов Р :выполнять учебное действие, используя условные знаки. К :Приходить к согласованному мнению в совместной деятельности.	Изучить правила техники безопасности при выполнении домашних дел. .		
Школьная жизнь								
10	10	Безопасная дорога в школу Практическая работа № 7 по теме: Безопасный маршрут движения до школы"	1	Формирование понятия ценности здорового и безопасного образа жизни	П ; самостоятельно нарисовать безопасный маршрут движения в школу . Р ;Знать основные правила передвижения школьников.. К ; Уметь соблюдать правила дорожного движения.	Усвоение правил дорожного движения.		

		Пешеходы и пассажиры - участники дорожного движения	1	Знать обязанности пешехода и пассажира; сигналы, подаваемые регулировщиком. Уметь соблюдать правила дорожного движения	Р; Сформировать представление об организации дорожного движения. П; Формировать умение соблюдать правила дорожного движения. К; Изучить обязанности пешеходов и пассажиров	Усвоение правил дорожного движения.		
11	11	Дорожное движение в населенном пункте Практическая работа № 8 по теме: Правила дорожного движения РФ"	1	Формирование понимания ценности здорового образа жизни	Р; Сформировать представление об организации дорожного движения. П; Формировать умение соблюдать правила дорожного движения. К; Изучить обязанности пешеходов и пассажиров	Усвоение правил дорожного движения.		
		Дорожные правила для пешеходов	1	Формирование понимания ценности здорового образа жизни	К; Знать значение двигательной активности. Р; самостоятельно найти информацию о пользе закаливания. П; Уметь систематически заниматься физической культурой	Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека.		

12	12	Правила поведения в школе	1	Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	К ; Знать понятие «рациональное» питание; основные питательные вещества; рацион питания человека. Р ; Соблюдать правила рационального питания. П ; Уметь приводить примеры продуктов, содержащих: углеводы, жиры, белки, витамины.	Формировать знания об основных питательных веществах, о рационе питания. Развивать правила рационального питания.		
		Поведение которое приводит к беде Практическая работа № 9 по теме : Наши эмоции"	1	Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	К : Знать последствия вредных привычек. Р ; Уметь справляться с эмоциями. П ; уметь определить поведение которое может привести к различным неприятностям.	Сформировать представление о влиянии вредных привычек на здоровье человека. Развивать знания о последствиях употребления алкоголя и никотина.		
		Заболевший в школе	1	Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	К ; Знать симптомы любого заболевания Р ; Уметь уберечь себя и других от заболеваний . П ; Развивать знания о симптомах начинающего простудных заболеваний.	Знать симптомы любого заболевания.		
13	13	Если в школе пожар	1	Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	К ; Знать последовательность действий при пожаре; Р ; Уметь оказывать первую медицинскую помощь. П ; знать содержание аптечки первой помощи. порядок вызова скорой помощи.	Сформировать знания о правилах поведения при пожаре.		

		Практическое занятие № 10 по теме : « Правила поведения при пожаре» .	1	Знать основные правила поведения школьника при возникновении ЧС в школе	П: работа с плакатами, ответы на вопросы викторины. Р: определение алгоритма действий К: взаимопомощь другим учащимся	Знать наиболее распространённые причины пожаров в быту.		
		Первая медицинская помощь при отравлении угарным газом	1	Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	К ; Уметь оказывать первую медицинскую помощь при отравлениях угарным газом.. Р; Познакомить с характеристиками отравлений и их причинами; П; Формировать умение оказывать ПМП.	Сформировать знания о правилах и последовательности оказания первой медицинской помощи при отравлениях угарным газом.		
На игровой площадке								
14	14	Правила поведения на игровой площадке	1	Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	К; Уметь оказывать первую медицинскую помощь носовом кровотечении. Р; Познакомить с характеристиками повреждений и их причинами;. П; Формировать умение оказывать ПМП.	Сформировать знания о правилах и последовательности оказания первой медицинской помощи при носовом кровотечении.		

15	15	Правила езды на велосипеде для подростков	1		П ; самостоятельно изучить требования, предъявляемые к техническому средству . Р Знать основные обязанности велосипедиста; состоянию велосипеда. К ; Уметь соблюдать правила дорожного движения.	Познакомить с понятием – водитель; требованиями, предъявляемыми к техническому состоянию велосипеда. Изучить обязанности велосипедиста.		
16	16	Правила поведения в дни летних каникул	1	Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни..	К ; Уметь оказывать первую медицинскую помощь при отравлениях никотином. Р ; Познакомить с характеристиками отравлений и их причинами; П ; Формировать умение оказывать ПМП.	Сформировать знания о правилах поведения в дни школьных каникул.		
17	17	Первая медицинская помощь при травмах .	1	Оказание ПМП при трамвах	К ;Уметь оказывать первую медицинскую помощь при отравлениях угарным газом.. Р ; Познакомить с характеристиками отравлений и их причинами; П ; Формировать умение оказывать ПМП.	Сформировать знания о правилах и последовательности оказания первой медицинской помощи при отравлениях угарным газом.		

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Учебно-методические комплекты по основам безопасности жизнедеятельности Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В., Сидоренко Л. В., Таранин А. Б. Основы безопасности жизнедеятельности. 5—7 классы: учебник. — М.: Вентана-Граф.

Экранно-звуковые пособия

Видеофильмы по основным темам и разделам курса ОБЖ в основной школе. Наглядные плакаты, памятки и буклеты, мультимедийные видео пособия на DVD дисках. Технические средства обучения: мультимедиапроектор;

Макеты и тренажёры, (Кабинет Точки Роста).

манекены-тренажеры для проведения сердечно-легочной реанимации, удаления инородного предмета из органов дыхания, шины, набор имитаторов травм и ранений тренажёры для оказания первой помощи.

Учебно-практическое оборудование:

- компасы;
- визирные линейки;
- бинты марлевые;
- вата гигроскопическая нестерильная;
- вата компрессная;
- жгуты кровоостанавливающие;
- индивидуальные перевязочные пакеты;
- косынки перевязочные;
- ножницы для перевязочного материала (прямые);
- повязки малые стерильные;
- аптечка индивидуальная (АИ-2);

Законодательные акты и нормативные правовые документы:

- Конституция Российской Федерации (последняя редакция);
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» (последняя редакция);
- Федеральный закон «О безопасности» (последняя редакция);
- Федеральный закон «О пожарной безопасности» (последняя редакция);
- Федеральный закон «О безопасности дорожного движения» (последняя редакция);
- Федеральный закон «О противодействии терроризму» (последняя редакция);
- Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах» (последняя редакция);
- Правила дорожного движения Российской Федерации (последняя редакция);