**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**‌****Департамент образования Вологодской области ‌‌**

**‌****Управление образования администрации Череповецкого муниципального района‌**​

**МОУ "Ботовская школа"**



|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  педсовет  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Протокол №1  от «31» августа 2023 г. | СОГЛАСОВАНО  Руководитель МО  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Шибаева Л.А.  Протокол №1  от «30» августа 2023 г. | УТВЕРЖДЕНО  Директор  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Крупнова Т.А.  Приказ №348  от «31» августа 2023 г. |

‌

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

для обучающихся 5 класса

​

**Ботово‌** **2023‌**​

**Содержание**

**Пояснительная записка……….…………….……………………............................................3**

**1. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса…………………….....5**

**2. Содержание учебного предмета, курса……………………………………………..……..9**

**3. Тематическое планирование……………………………………………………………...11**

**4. Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса……………………...13**

**Пояснительная записка**

Основанием для разработки данной рабочей программы послужили следующие документы:

* Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с последующими изменениями);
* Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с последующими изменениями);
* Примерная основная образовательная программа основного общего образования, одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 08.04.2015 № 1/15);
* приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 28.12.2018 № 345 «О Федеральном перечне учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (с последующими изменениями);
* **Положение** о разработке рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) **в** МОУ "Ботовская школа"**.**
* Концепция преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы, утверждена Министерством просвещения Российской Федерации 24.12.2018;
* Авторская программа «Основы безопасности жизнедеятельности: 5—9 классы: рабочая программа / Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов, А. Б. Таранин. — М.: Вентана-Граф, 2020. — 67

**Программа предполагает использование следующего учебника:**

*Основы безопасности жизнедеятельности. 5-6 класс: учебник / Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко,А.Б. Таранин; – М.: Вентана-Граф, 2020.*

**Цели:**

* формирование знаний об объектах изучения, воспитание ценностных ориентаций, способности различать негативные и позитивные стороны жизнедеятельности человека;
* осуждать асоциальные явления в окружающем мире;
* воспитание социальной активности, уважение к законам РФ, личности, соизмеряющей свои поступки с нравственными ценностями;
* развитие способности к рефлексивным действиям;
* желания и умения укреплять своё здоровье, вести правильный образ жизни, противодействовать дурным привычкам.

**Задачи:**

* формирование у учащихся 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 учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

**Место предмета в учебном плане**

Согласно учебному плану МОУ "Ботовская школа" **рабочая программа предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5 классе рассчитана на** 17 часов в год (0,5 часа в неделю), в т. ч. 13 практических работ, 1 час проектной деятельности, 1 итоговая контрольная работа. Предмет изучается на **базовом уровне**.

*В данную рабочую программу включены вопросы, связанные с реализацией регионального компонента.*

**Воспитательный аспект рабочей программы по ОБЖ заключается в следующем:**

-Воспитание ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества.

-Воспитание чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни.

-Овладение умениями предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую помощь

1. **Планируемые результаты освоения учебного предмета**

**Личностные результаты:**

* освоение социальных норм поведения, социальных ролей, связанных с необычными, неожиданными и чрезвычайными ситуациями;
* сформированность социально значимых межличностных отношений, ценностных жизненных установок и нравственных представлений;
* эмоционально-отрицательная оценка потребительского отношения к окружающей среде, к появлению асоциального поведения;
* наличие способности предвидеть результаты своих действий, корректировать те из них, которые могут привести к нежелательным и/или опасным последствиям;
* устойчивое стремление и готовность к саморазвитию и личностному совершенствованию.

**Метапредметные результаты** основаны на формировании универсальных учебных действий:

*Познавательные УУД:*

* использовать умственные операции (анализ, синтез, сравнение, классификация и др.) для оценки, интерпретации, обобщения получаемой информации;
* сопоставлять информацию по одной и той же проблеме, полученную из разных источников (текст, иллюстрация, графическое представление);
* сравнивать чрезвычайные ситуации, классифицировать их по степени опасности для жизни и здоровья людей;
* осуществлять поиск информации, необходимой для выбора правильных решений в чрезвычайных ситуациях, связанных с бытом, повседневной школьной жизнью, отдельными природными и техногенными происшествиями.

*Регулятивные УУД:*

* планировать по собственному пробуждению свою жизнь и деятельность, ориентируясь на изучение правила поведения в различных ситуациях;
* контролировать свое поведение, проявлять желание и способность предвидеть последствия своих действий и поступков;
* оценивать неординарные, чрезвычайные ситуации, определять ошибки в действиях их участников, намечать способы их устранения.

*Коммуникативные УУД:*

* участвовать в диалоге (высказывать свое мнение, терпимо относиться к разным мнениям, объективно оценивать суждения участников);
* формулировать обобщения и выводы по изученному материалу;
* составлять обоснованные суждения о правилах поведения в различных чрезвычайных ситуациях;
* характеризовать понятия (в рамках изученных), пользоваться словарями для уточнения их значения и смысла;
* характеризовать причины происходящих событий, делать выводы о возможных способах их устранения.

**Предметные результаты:**

* объяснять смысл основных понятий (в рамках изученного материала);
* характеризовать государственную политику, связанную с предотвращением различных чрезвычайных ситуаций и борьбой в ними (в рамках изученного материала);
* раскрывать особенности семьи как социального института; характеризовать факторы благополучных взаимоотношений в семье;
* выявлять факторы, влияющие на здоровье и благополучие человека;
* раскрывать особенности организации безопасного туризма, отдыха, игр и занятий;
* классифицировать и характеризовать виды чрезвычайных ситуаций, особенности каждого вида;
* анализировать и оценивать ситуации, связанные с опасностями для здоровья и жизни человека в близком окружении и в масштабах региона;
* различать чрезвычайные ситуации разного вида (природные, биологические, техногенные, социальные); приводить примеры разных видов чрезвычайных ситуаций;
* предвидеть возможные последствия своих действий и поведения;
* проявлять желание противостоять негативным влияниям окружающей социальной среды, коллектива сверстников, взрослых;
* организовывать режим, двигательную активность, закаливание и др.;
* проявлять разумную предосторожность в выборе мест для игр, пользовании бытовыми электроприборами;
* ориентироваться в дорожной обстановке, соблюдать правила дорожного движения;
* оказывать первую помощь в различных чрезвычайных ситуациях.

**Ученик научится:**

* целеполаганию, включая постановку новых целей, преобразование практической

задачи в познавательную;

* самостоятельно анализировать условия достижения цели на основе учета

выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале;

* планировать пути достижения целей;
* устанавливать целевые приоритеты;
* уметь самостоятельно контролировать свое время и управлять им;
* принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров;
* осуществлять констатирующий и предвосхищающий контроль по результату и по способу действия;
* адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение, как в конце действия, так и по ходу его реализации;
* основам прогнозирования как предвидения будущих событий и развития процесса;
* учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве;
* формулировать собственное мнение и позицию, аргументировать и координировать ее с позициями партнеров в сотрудничестве при выработке общего решения в совместной деятельности;
* устанавливать и сравнивать разные точки зрения, прежде чем принимать решения и делать выбор;
* аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию;
* задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества;
* осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;
* организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы;
* работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми;
* основам коммуникативной рефлексии;
* проводить наблюдение и эксперимент под руководством учителя;
* осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет;
* осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
* давать определение понятиям;
* устанавливать причинно-следственные связи;
* обобщать понятия – осуществлять логическую операцию перехода от видовых признаков к родовому понятию, от понятия с меньшим объемом к понятию с большим объемом;
* осуществлять сравнение и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;
* строить логические рассуждения, включающие установление причинно-следственных связей;
* объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе исследования.

**Ученик узнает:**

* *пути и способы эвакуации из здания школы во время ЧС;*
* *возможные причины аварий на крупных промышленных предприятиях области;*
* *автомобильные дороги федерального значения на территории Вологодской области*.
* *правила безопасного движения по маршруту «Дом-школа»*.

**Ученик получит возможность научиться:**

* самостоятельно ставить новые учебные цели и задачи;
* построению жизненных планов во временнớй перспективе;
* при планировании достижения целей самостоятельно, полно и адекватно учитывать условия и средства их достижения;
* выделять альтернативные способы достижения цели и выбирать наиболее эффективный способ;
* основам саморегуляции в учебной и познавательной деятельности в форме осознанного управления своим поведением и деятельностью, направленной на достижение поставленных целей;
* осуществлять познавательную рефлексию в отношении действий по решению учебных и познавательных задач;
* адекватно оценивать объективную трудность как меру фактического или предполагаемого расхода ресурсов на решение задачи;
* адекватно оценивать свои возможности достижения цели определенной сложности в различных сферах самостоятельной деятельности;
* учитывать позиции других людей, отличные от собственной позиции;
* учитывать разные мнения и интересы и обосновывать собственную позицию;
* понимать относительность мнений и подходов к решению проблемы;
* брать на себя инициативу в организации совместного действия (деловое лидерство);
* оказывать поддержку и содействие тем, от кого зависит достижение цели в совместной деятельности;
* в процессе коммуникации достаточно точно, последовательно и полно передавать партнеру необходимую информацию как ориентир для построения действия;
* в совместной деятельности четко формулировать цели группы и позволять ее участникам проявлять инициативу для достижения этих целей;
* ставить проблему, аргументировать ее актуальность;
* самостоятельно проводить исследование на основе применения методов наблюдения и эксперимента;
* выдвигать гипотезы о связях и закономерностях событий, процессов, объектов;

делать умозаключения (индуктивное и по аналогии) и выводы на основе аргумента.

1. **Содержание учебного предмета**

**Введение**

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Что такое здоровый образ жизни, природные и техногенные ситуации.

**Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя**

Почему нужно знать свой организм. Особенности организма человека. Какие системы органов есть у человека. За что отвечают системы органов, их характеристика. Укрепление нервной системы: что нервная системы «любит», чего нервная система «не любит». Тренировка сердца. Развитие дыхательной системы, дыхательные упражнения для утренней гимнастики.

*Правильное рациональное питание:* умеренность, сбалансированность, разнообразие, своевременность. Виды углеводов («медленные», «быстрые»), их влияние на организм и здоровье человека. Пирамида сбалансированного питания.

*Здоровье органов чувств.* Сохранение зрения. Слух, обоняние, вкус.

*Как вести здоровый образ жизни.* Факторы, влияющие на здоровье: условия жизни, образ жизни, врожденные особенности, качество медицинского обслуживания. Организованность и здоровье. Организованность и планирование своей жизни – условия сохранения здоровья.

*Чистота – залог здоровья.* Правила личной гигиены. Тщательно вымытые овощи и фрукты как условие сохранения здоровья.

*Движение – это жизнь.* Положительное влияние физкультуры на организм человека. Комплекс упражнений для развития движений. Программа повышения уровня своей физической подготовки.

*Закаливание как условие сохранения здоровья.* Значение закаливания для сохранения и укрепления здоровья. Правила закаливания.

*Компьютер и здоровье.* Отрицательное влияние работы с компьютером на здоровье человека: усталость, перевозбуждение, ухудшение зрения, отрицательное эмоционально состояние, «синдром круглой спины». Упражнения, которые снимут усталость при работе с компьютером.

*Практическая работа 1. Измерение пульса*

*Практическая работа 2. Способы тренировки дыхательной системы (дыхательные упражнения)*

*Практическая работа 3. Проверка степени загрязнения воды*

*Практическая работа 4. Режим питания подростков*

*Практическая работа 5. Овладение приёмами тренировки глаз*

*Практическая работа 6. Выполнение физических упражнений (проводится в физкультурном зале)*

*Практическая работа 7. Составление программы закаливания*

*Практическая работа 8. Правила безопасного пользования компьютером*

**Мой безопасный дом**

*Поддержание чистоты и порядка в доме.* Мыши, крысы, тараканы – животные не домашние! Распространение грызунами и тараканами опасных инфекционных заболеваний. Чистота – одно из условий борьбы с грызунами и тараканами. Соблюдение правил при проведении хозяйственных работ (мытьё посуды, уборка комнат).

*Дела домашние: техника безопасности.* Проявление осторожности, предусмотрительности при проведении хозяйственных работ (работа с клеем, молотком, пилой и пр.). Правила поведения при появлении запаха газа, при пожаре.

*Безопасное электричество и газ.* Правила использования электроприборов: условия возникновения коротких замыканий, пожаров; получение ожогов и травм. Правила безопасного пользования газом.

**Школьная жизнь**

*Дорожное движение в населенном пункте.* Выбор пути. Безопасная дорога в школу. Поведение на улицах и дорогах. Знание адреса школы, названия ближайших остановок транспорта. Участники дорожного движения: пассажиры, пешеходы, водители. Соблюдение Правил дорожного движения – условие сохранения жизни и здоровья. Необходимость внимательного отношения к дорожной обстановке, оценка дорожной ситуации. Знаки дорожного движения: предупреждающие, запрещающие, предписывающие «Дорожные ловушки». Правила передвижения на регулируемых и нерегулируемых перекрёстках и улицах. Правила поведения пешехода и пассажира.

*Правила поведения в школе.* Общие правила поведения в школьном помещении и на территории школы. Поведение на уроках, переменах, в столовой, раздевалке и других школьных помещениях. Общение со сверстниками. Поведение в школе, которое может привести к беде. Устранение конфликтов. Заболевший ученик в школе. Помощь заболевшему сверстнику.

*Ориентировка в школьных помещениях.* Меры предупреждения пожара, правила эвакуации, правила поведения при пожаре.

*Практическая работа 9. Выбор безопасного маршрута из дома в школу*

*Практическая работа 10. Оценка дорожной ситуации*

*Практическая работа 11. Правила дорожного движения*

*Практическая работа 12. Обсуждение ситуаций, связанных с поведением в школе*

*Практическая работа 13. Репетиция эвакуации из помещения школы при возникновении пожара*

1. **Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Тема | Кол-во часов | Из них: | | |
| Практические работы | Проектная деятельность | Контрольные работы |
| 1 | Введение | 1 | - | - | - |
| 2 | Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя | 10 | 8 | 2 | - |
| 3 | Мой безопасный дом | 1 | - | - | - |
| 4 | Школьная жизнь | 5 | 5 | - | 1 |
| **Итого** | | **17** | **13** | **2** | **1** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № п/п | Тема урока | Кол-во часов |
|
| **Введение** | | **1** |
|  | Введение | 1 |
| **Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя** | | **10** |
|  | За что «отвечают» системы органов. Как укреплять нервную систему | 1 |
|  | Как можно тренировать сердце  *Практическая работа 1. Измерение пульса* | 1 |
|  | Развиваем дыхательную систему  *Практическая работа 2. Способы тренировки дыхательной системы (дыхательные упражнения)* | 1 |
|  | Питаемся правильно  *Практическая работа 3. Проверка степени загрязнения воды*  *Практическая работа 4. Режим питания подростков* | 1 |
|  | Здоровье органов чувств  *Практическая работа 5. Овладение приёмами тренировки глаз* | 1 |
|  | Проектная деятельность | 1 |
|  | Здоровый образ жизни. Чистота – залог здоровья | 1 |
|  | Движение – это жизнь  *Практическая работа 6. Выполнение физических упражнений (проводится в физкультурном зале)* | 1 |
|  | Закаливание  *Практическая работа 7. Составление программы закаливания* | 1 |
|  | Подросток и компьютер  *Практическая работа 8. Правила безопасного пользования компьютером* | 1 |
| **Мой безопасный дом** | | **1** |
|  | Мой безопасный дом. Техника безопасности в доме | 1 |
| **Школьная жизнь** | | **5** |
|  | Дорога в школу и обратно  *Практическая работа 9. Выбор безопасного маршрута из дома в школу* | 1 |
|  | Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения. Безопасная дорога. Школьник как пассажир  *Практическая работа 10. Оценка дорожной ситуации*  *Практическая работа 11. Правила дорожного движения* | 1 |
|  | Общие правила школьной жизни. Правила поведения в школе  *Практическая работа 12. Обсуждение ситуаций, связанных с поведением в школе* | 1 |
|  | *Итоговая контрольная работа* | 1 |
|  | Если в школе пожар…  *Практическая работа 13. Репетиция эвакуации из помещения школы при возникновении пожара* | 1 |

1. **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

**ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

Основы безопасности жизнедеятельности. 5-6 класс: учебник / Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко,А.Б. Таранин; – М.: Вентана-Граф, 2020.

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

Нормативно-правовые документы

Закон «Об образовании» (последняя редакция).

Конституция Российской Федерации (последняя редакция).

Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации (утв. Президентом Российской Федерации 5 октября 2009 г.).

Положение о Национальном антитеррористическом комитете (утв. Указом Президента Российской Федерации от 15 февраля 2006 г. № 116).

Постановление Правительства Российской Федерации -О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (последняя редакция).

Постановление Правительства Российской Федерации «О классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера\* (от 21 мая 2007 г. № 304).

Правила дорожного движения Российской Федерации (последняя редакция).

Семейный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).

Стратегия национальной безопасности Российской Феде¬рации до 2020 г. (утв. Указом Президента Российской Федерации от 12 мая 2009 г. № 537).

Стратегия государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 г. (утв. Указом Президента Российской Федерации от 9 июня 2010 г. № 690).

Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакции).

Указ Президента Российской Федерации «О мерах по противодействию терроризму» (от 15 февраля 2006 г. № 116).

Федеральный закон «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателя» (последняя редакция).

Федеральный закон «О безопасности» (последняя редакция)

Федеральный закон «О гражданской обороне» (последняя редакция).

Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (последняя редакция)

Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах» (последняя редакция).

Федеральный закон «0 пожарной безопасности» (последняя редакция)

Федеральный закон «0 противодействии терроризму» (последняя редакция).

Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности» (последняя редакция).

Федеральный закон «0 физической культуре и спорте в Российской Федерации» (последняя редакция).

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

http://kuhta.clan.su Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности» http://informic.narod.ru/obg.html Основы безопасности жизнедеятельности

**МАТЕРИАЛЬНО - ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

**УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

1. Бинт.
2. Компас.
3. Кровоостанавливающий жгут
4. Носилки.
5. Плакаты по ОБЖ.
6. Противогазы.
7. Флаг России.
8. Шина

**ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

1.Персональный компьютер

2.Принтер лазерный

3.Мультимедийный проектор

4. Конституция Российской Федерации

5. ФЗ «О воинской обязанности и военной службе»

6. ФЗ «О пожарной безопасности»

7. Брошюра «Действия населения по предупреждению террористических акций»

8. Брошюра «Первая медицинская помощь в чрезвычайных ситуациях»

9. Брошюра «Первичная профилактика курения табака»

10.Брошюра «Средства защиты органов дыхания и кожи (противогазы, респираторы и защитная одежда)»

11. Брошюра «Школа выживания. Обеспечение жизнедеятельности в экстремальных ситуациях»

12. Видеофильмы по ОБЖ.

**Материально-техническая база центра «Точка роста», используемая для проведения занятий по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»**

1. Тренажёры (манекены) для отработки навыков оказания первой помощи при попадании инородного тела в верхние дыхательные пути.
2. Тренажёры (манекены) для отработки различных способов транспортировки, извлечения (вынесения) из завалов, развалин, труднодоступных мест, очагов пожаров и повреждённых автотранспортных средств.
3. Тренажёры (манекены) для отработки навыков проведения сердечно-лёгочной реанимации.
4. Аптечки, шины, жгуты, перевязочный материал, накладки — имитаторы травм.
5. Цифровое и медиаоборудование.