





МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
 Министерство образования и науки Алтайского края
 МКУ "Управление образования города Бийска"
 МБОУ "Средняя общеобразовательная школа №31 имени Героя Советского Союза А. В. Спекова"

<p>РАССМОТРЕНО МО учителей естественно-научного цикла Руководитель МО</p> <p> Яценко А.С.</p> <p>Протокол №1 от "30" 08 2023 г.</p>	<p>СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР</p> <p> Марычева В.М.</p> <p>Протокол № 1 от "30" 08 2023 г.</p>	<p>УТВЕРЖДЕНО Директор</p> <p> Малинова Е.И.</p> <p>Приказ № 90 от "30" 08 2023 г.</p> 
---	---	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
 учебного предмета
 «Безопасность жизнедеятельности»
 для 5А, 5Б класса
 основного общего образования
 на 2023-2024 учебный год

Составитель: Яценко Александр Сергеевич
 учитель ОБЖ

Бийск 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного предмета «Безопасность жизнедеятельности» для 5 класса составлена на основании основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «СОШ № 31 имени Героя Советского Союза А.В. Спекова» с учетом авторской программы по Основы Безопасности жизнедеятельности: Основы безопасности жизнедеятельности : 5—9 классы: методическое пособие / Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов. — М. : Вентана-Граф, 2017.

Введение в учебный план предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» вызвано рядом социальных и педагогических причин.

Социальные причины:

- повышение интереса государства и общества к проблемам здоровья, продолжительности жизни и активной трудовой деятельности населения;
- увеличение числа асоциальных ситуаций, которые негативно влияют на людей и социальные объекты;
- неготовность населения адекватно реагировать на чрезвычайные ситуации, происходящие в природе и обществе.

Педагогические причины:

- целесообразность проведения профилактических мероприятий по охране здоровья, противодействию вредным привычкам в период активной социализации школьника;
- необходимость формирования знаний об основных проблемах жизнедеятельности растущего организма, умений и навыков здорового образа жизни, воспитания способности противостоять негативным явлениям социума с учётом подражательности детей подросткового и юношеского возраста, стремления во всём следовать поведению взрослых.

ФГОС основного общего образования и Примерная основная образовательная программа основного общего образования определяют следующие обязательные результаты изучения предмета:

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 защите Отечества;
6. формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий потребление 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; защиты природной среды от отрицательного воздействия человеческой деятельности;
9. знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствий для личности, общества и государства;
10. знание и умение применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
11. умение оказывать первую помощь пострадавшим;
12. умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам, свидетельствующим о высокой вероятности их наступления, а также на основе информации,

получаемой из различных источников, готовность проявлять осторожность в ситуациях неопределённости;

13. умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания .

С учётом требований стандарта можно выделить следующие функции данного учебного курса.

Образовательная — расширение знаний обучающихся о проблемах современного мира в области жизнедеятельности, причинах возникновения асоциальных явлений; содержании, способах, средствах и формах охраны и укрепления здоровья и противодействия вредным привычкам.

Развивающая — развитие интеллектуальной деятельности школьников, способности адекватно воспринимать учебный материал, осваивать его, используя различные умственные процессы и операции (анализ, сравнение, обобщение, классификация и др.), самостоятельно строить суждения, умозаключения и выводы.

Воспитательная — воспитание правильного отношения к своему здоровью, устойчивого сопротивления вредным привычкам; развитие способности замечать асоциальные явления в окружающем мире, проявлять устойчивое отрицательное отношение к ним; осуждать и не принимать их.

Рефлексивная — развитие способности анализировать своё физическое и психическое состояние; ориентироваться в окружающем мире, оценивать происходящие явления и правильно реагировать на них.

Поведенческая — применение полученных знаний в практической деятельности: умения действовать в соответствии с правилами поведения в различных природных и социальных ситуациях; развитие способности быстро и правильно реагировать на чрезвычайные ситуации (ЧС), проявлять внимательность, ответственность в ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей.

Коммуникативная — формирование компетенций в общении и сотрудничестве со взрослыми и сверстниками с учётом характера, особенностей участников взаимодействия.

Функции предмета определяют его общие цели применительно к процессу обучения в 5—9 классах: формирование знаний об объектах изучения, ценностных ориентаций, способности различать негативные и позитивные стороны в жизнедеятельности человека; осуждать асоциальные явления в окружающем мире; «воспитание социальной активности, уважения 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.

Таким образом, реализация функций предмета ОБЖ и его целей даёт возможность выполнить требования к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ: ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ, ПРЕДМЕТНЫЕ

Личностные результаты

- Освоение социальных норм поведения, социальных ролей, связанных с необычными, неожиданными, опасными и чрезвычайными ситуациями;
- сформированность социально значимых межличностных отношений, ценностных жизненных установок и нравственных представлений;
- эмоционально-отрицательная оценка потребительского отношения к окружающей среде, к проявлению асоциального поведения;
- формирование 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 (универсальные учебные действия)

Познавательные

Обучающиеся научатся:

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

Регулятивные

Обучающиеся научатся:

- планировать по собственному побуждению свою жизнь и деятельность, ориентируясь на изученные правила безопасного поведения в различных ситуациях; □ контролировать своё поведение, проявлять желание и способности предвидеть последствия своих действий и поступков;

оценивать различные опасные и чрезвычайные ситуации, определять ошибки и недостатки в действиях людей, попавших в такие ситуации, искать способы устранения негативных последствий. Коммуникативные Обучающиеся научатся:

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

Предметные результаты

Обучающиеся научатся:

- объяснять смысл основных терминов и понятий (в рамках изученного материала);
- характеризовать государственную политику, связанную с предотвращением различных чрезвычайных ситуаций и ликвидацией их последствий (в рамках изученного материала);
- раскрывать особенности семьи как важного социального института; характеризовать факторы, влияющие на взаимоотношения в семье;
- выявлять положительные и отрицательные факторы, влияющие на здоровье и благополучие человека;
- раскрывать правила и особенности организации безопасного туризма, отдыха, игр и занятий;
- классифицировать и характеризовать основные виды чрезвычайных ситуаций, отличать особенности каждого вида;
- анализировать и оценивать различные ситуации, связанные с опасностями для здоровья и жизни отдельного человека и населения в масштабах региона;
- различать чрезвычайные ситуации разного вида (природные, техногенные, социальные); приводить информацию о таких ситуациях;

- предвидеть возможные последствия своих действий и поведения в различных ситуациях;
- проявлять стремление противостоять негативным влияниям окружающей социальной среды, сверстников и взрослых;
- организовывать режим и распорядок своей жизнедеятельности, включая в неё двигательную активность, закаливание и другие мероприятия;
- проявлять разумную предосторожность в выборе мест для игр, при пользовании бытовыми электрическими и газовыми приборами;
- правильно ориентироваться в дорожной обстановке, строго соблюдать Правила дорожного движения;
- оказывать первую помощь при различных травмах.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ КУРСА

№ п/п	Наименование разделов	Кол-во часов
1	Введение. Почему нужно изучать предмет ОБЖ	1
2	За что «отвечают» системы органов	2
3	Укрепляем нервную систему	1
4	Тренируем сердце	1
5	Укрепляем дыхательную систему	1
6	Питаемся правильно	2
7	Здоровье органов чувств	2
8	Проектная деятельность	2
9	Что влияет на здоровье	1
10	Чистота — залог здоровья	2
11	Движение — это жизнь	1
12	Поговорим о закаливании	1
13	Компьютер и здоровье	1
14	Повторение и обобщение пройденного	1
15	Наводим чистоту в доме	2
16	Дела домашние: техника безопасности в доме	2
17	Выбор пути: безопасная дорога в школу	1
18	Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения. Правила безопасности пешеходов. Умеете ли вы оценивать дорожную обстановку?	2
19	Дорожное движение в населённом пункте	2
20	Какие правила должен соблюдать пешеход?	1
21	Правила поведения в школе	3
22	Если в школе пожар...	1
23	Повторение пройденного материала.	1
	Всего	34 ч.

СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ УЧЕБНОГО КУРСА ПО ОСНОВАМ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Урок 1. Введение. Почему нужно изучать предмет ОБЖ

Программное содержание

Необходимость изучения предмета ОБЖ. Символическое изображение правил ОБЖ.

Структура урока, основные методы и приёмы

Учебный диалог: анализ информации, представленной в тексте учебника.

Обсуждение и оценка проблемных ситуаций, представленных в иллюстрациях.

Работа с рубрикой «Обсудим вместе»: анализ и характеристика знаков-символов ОБЖ.

Уроки 2—3. За что «отвечают» системы органов

Программное содержание

Организм человека как единое целое. Функции разных систем органов тела. Почему нужно знать свой организм.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Работа с рубрикой «Вспомните»: актуализация имеющегося опыта по данной теме.

Выполнение тестовых заданий, оценка знаний об особенностях своего организма.

Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи.

Обобщающий рассказ учителя «Организм человека как система органов».

Урок 4. Укрепляем нервную систему

Программное содержание

Соблюдение правил бережного отношения к нервной системе. Укрепление нервной системы.

Структура урока, основные методы и приёмы

Учебный диалог (работа с рубрикой «Обсудим вместе»): анализ текста «Что „любит“ нервная система».

Работа с иллюстрациями: ответ на вопрос «Чего „не любит“ нервная система».

Практическая работа: измерение пульса.

Работа в группах: составление плана укрепления нервной системы «Что мы обязательно должны делать каждый день, чтобы укреплять нервную систему».

Урок 5. Тренируем сердце

Программное содержание

О чём «рассказывает» пульс. Тренировка сердца.

Структура урока, основные методы и приёмы

Рассказ-объяснение учителя «Сердце — главный орган человеческого организма».

Практическая работа «Учимся измерять пульс».

Урок 6. Укрепляем дыхательную систему

Программное содержание

Дыхательная система человека, её функции и значение. Охрана дыхательной системы.

Структура урока, основные методы и приёмы

Задание по рубрике «Вспомните»: ответ на вопрос «Что такое дыхательная система?».

Учебный диалог (работа с рубрикой «Обсудим вместе») «Правила бережного отношения к дыхательной системе».

Практическое занятие: упражняем дыхательную систему (дыхательные упражнения).

Работа с рубрикой «Медицинская страничка».

Уроки 7—8. Питаемся правильно

Программное содержание

Питание школьника-подростка. Почему важно обращать внимание на правильное питание. Принципы рационального питания. Первая помощь при отравлениях и пищевой аллергии.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Чтение и анализ текста «Рациональное питание - что это такое ».

Анализ схемы (пирамиды) сбалансированного питания.

Учебный диалог на основе проведённого опыта и проблемных ситуаций.

Оценка проблемных ситуаций «Как мы питаемся».

Практическая работа: меню для подростка.

Работа с рубрикой «Медицинская страничка».

Уроки 9—10. Здоровье органов чувств

Программное содержание

Правила бережного отношения к органам чувств.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Работа с рубрикой «Знаете ли вы себя?»: самоконтроль поведения (оценка выполнения тестовых заданий).

Практическая работа: выполнение упражнений для глаз.

Обсуждение и оценка информации, представленной в рубрике «Медицинская страничка».

Уроки 11—12. Проектная деятельность

Программное содержание

Исследовательская деятельность по темам «Слух человека и животных. Сравнительная характеристика», «Как сохранить обоняние?», «Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его?».

Структура уроков, основные методы и приёмы

Обсуждение представленных проектов.

Урок 13. Что влияет на здоровье

Программное содержание

Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье.

Структура урока, основные методы и приёмы

Работа с диаграммой (анализ, оценка) «Что влияет на здоровье».

Работа с рубрикой «Знаете ли вы себя?»: анализ ответов на тестовые задания.

Учебный диалог: анализ и оценка жизненных ситуаций.

Уроки 14—15. Чистота — залог здоровья

Программное содержание

Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные несоблюдением гигиенических правил (дизентерия, глисты, вши).

Структура уроков, основные методы и приёмы

Работа в парах: оценка «вредных» советов (по текстам и иллюстрациям).

Работа в группах: составление памятки «Правила личной гигиены».

Работа с текстами и иллюстрациями.

Работа с информацией, представленной в рубрике «Медицинская страничка».

Урок 16. Движение — это жизнь

Программное содержание

Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.

Структура урока, основные методы и приёмы

Практическое занятие в физкультурном зале.

Урок 17. Поговорим о закаливании

Программное содержание

Закаливание — средство охраны и укрепления здоровья. Программа и правила закаливания.

Структура урока, основные методы и приёмы

Учебный диалог «Что такое закаливание».

Практическая работа: составление программы закаливания.

Работа с информацией, представленной в рубрике «Медицинская страничка».

Урок 18. Компьютер и здоровье

Программное содержание

Правила безопасного пользования компьютером. Виды занятий, снимающих утомление.

Структура урока, основные методы и приёмы

Работа с рубрикой «Знаете ли вы себя?»: самоанализ и самооценка поведения и организации деятельности.

Анализ информации, представленной в тексте учебника.

Практическое занятие: правила работы с компьютером.

ка. *Совместная деятельность в парах:* анализ иллюстративного материала по теме уро-

Урок 19. Повторение и обобщение пройденного

Программное содержание

Что такое здоровый образ жизни. Правила здорового образа жизни.

Структура урока, основные методы и приёмы

Рассматривание схемы по данной теме, подбор примеров, иллюстрирующих её позиции.

Работа в парах: сделайте вывод «Что такое здоровый образ жизни», запишите его, сравните с результатами работы других пар. Оцените свою работу.

Уроки 20—21. Наводим чистоту в доме

Программное содержание

Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры и мытья посуды.

Животные, распространяющие инфекцию (мыши, тараканы, клопы).

Структура уроков, основные методы и приёмы

Учебный диалог (работа с рубрикой «Обсудим вместе»): сравнение высказываний, определение ложного суждения.

Работа в парах: составление плана уборки квартиры.

Составление памятки «Как правильно мыть посуду».

Уроки 22—23. Дела домашние: техника безопасности в доме

Программное содержание

Техника безопасности в доме. Первая помощь при ушибах, отравлении клеем, его парами, газом и при поражении током.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Учебный диалог: анализ иллюстраций.

Учебный диалог: анализ текста и иллюстраций (техника безопасности).

Чтение текста рубрики «Медицинская страничка». *Анализ* представленной информации.

Урок 24. Выбор пути: безопасная дорога в школу

Программное содержание

Школьная жизнь начинается с дороги. Безопасная дорога от дома до школы.

Структура урока, основные методы и приёмы

Работа с рубриками «Знаете ли вы себя» и «Вспомните»: самоанализ и самооценка поведения (на дорогах и улицах).

Практическая работа: безопасный маршрут до школы.

Уроки 25—26. Пешеходы и пассажиры —

участники дорожного движения. Правила безопасности пешеходов. Умеете ли вы оценивать дорожную обстановку?

Программное содержание

Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения. Правила безопасного поведения пассажира и пешехода. Оценивание дорожной ситуации с позиций безопасности.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Чтение и анализ текста.

Работа в парах: оценка информации, представленной в иллюстрациях по данной теме.

Практическая работа: анализ и обобщение информации, представленной в иллюстрациях; анализ и характеристика дорожных знаков.

Уроки 27—28. Дорожное движение в населённом пункте

Программное содержание

Дорожное движение в населённом пункте и за городом. Безопасная дорога.

Правила поведения на дорогах и улицах. «Дорожные ловушки» — способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Практическая работа: обсуждение ситуаций, связанных с дорожными ловушками; повторение правил и знаков дорожного движения.

Работа с рубрикой «Для любознательных».

Урок 29. Какие правила должен соблюдать пешеход?

Программное содержание

Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира разных видов транспорта.

Структура урока, основные методы и приёмы

Работа с информацией, представленной в иллюстрациях по данной теме.

Работа в парах: рассказ для младшего школьника на тему «Как перейти дорогу».

Работа в группах: «Зададим друг другу вопросы».

Уроки 30—32. Правила поведения в школе

Программное содержание

Ориентировка в школьных помещениях. Поведение на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой. Безопасное общение. Первая помощь при сотрясении мозга, ушибах и кровотечениях.

Меры предупреждения пожаров, правила эвакуации при пожаре. Помощь при отравлении угарным газом и при ожогах.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Чтение и анализ текста учебника «Поведение на занятиях».

Работа с рубрикой «Проверь себя», обсуждение и оценка результатов самопроверки.

Учебный диалог: «Может ли неправильное поведение в школе привести к беде?».

Рассказ-объяснение учителя «Поведение, которое приводит к беде».

Практическая работа: учимся соблюдать и выполнять правила поведения.

Работа с рубрикой «Медицинская страничка»: оценка информации, представленной в рубрике.

Урок 33. Если в школе пожар...

Программное содержание

Как вести себя, если в школе начался пожар. Правила эвакуации при пожаре.

Структура урока, основные методы и приёмы

Работа с рубрикой «Вспомните»: как мы ориентируемся в школьных помещениях.

Работа в группах: чтение схемы эвакуации при пожаре в школе.

Чтение и обсуждение текста: правила поведения при пожаре.

Анализ информации, представленной в рубрике «Медицинская страничка».

Уроки 34. Повторение пройденного материала.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ОС- НОВАМ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Классы: 5 «А», 5 «Б»

Учитель Яценко Александр Сергеевич

Количество часов всего 34 , в неделю 1 часа

Планирование составлено на основе Авторской программы основного об-
щего образования по Основам безопасности жизнедеятельности: Основы безопас-
ности жизнедеятельности : 5—9 классы: методическое пособие / Н. Ф. Виногра-
дова, Д. В. Смирнов. — М. : Вентана-Граф, 2017.

Учебник Виноградова Н.Ф., Смирнов Д.В., Сидоренко Л.В., Таранин А.Б.
Основы безопасности жизнедеятельности. 5 - 6 классы Учебник Вентана-Граф,
2019.

№ п/п	Содержание, наименование тем программы	Дата проведения		Примечание
		5 «А»	5 «Б»	
1	Введение			
2	За что «отвечают» системы орга- нов			
3	За что «отвечают» системы орга- нов			
4	Как укреплять нервную систему			
5	Как можно тренировать сердце			
6	Развиваем дыхательную систему			
7	Питаемся правильно			
8	Питаемся правильно			
9	Здоровье органов чувств			
10	Здоровье органов чувств			
11	Проектная деятельность			
12	Проектная деятельность			
13	Здоровый образ жизни			
14	Чистота — залог здоровья			
15	Чистота — залог здоровья			
16	Движение — это жизнь			
17	Закаливание			
18	Подросток и компьютер			
19	Повторение и обобщение прой- денного			

20	Мой безопасный дом			
21	Мой безопасный дом			
22	Техника безопасности в доме			
23	Техника безопасности в доме			
24	Дорога в школу и обратно			
25	Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения			
26	Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения			
27	Безопасная дорога			
28	Безопасная дорога			
29	Школьник как пассажир			
30	Общие правила школьной жизни			
31	Правила поведения в школе			
32	Правила поведения в школе			
33	Если в школе пожар...			
34	Повторение пройденного материала			

ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ РАБО- ЧЕЙ ПРОГРАММЫ

1. Основы безопасности жизнедеятельности : 5–9 классы: программа / Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов. — М. :Вентана-Граф, 2017.
2. Основы безопасности жизнедеятельности : 5—9 классы: методическое пособие / Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов. — М. : Вентана-Граф, 2017.
3. Виноградова Н.Ф., Смирнов Д.В., Сидоренко Л.В., Таранин А.Б. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 - 6 классы Учебник Вентана-Граф, 2019.

ЛИСТ ВНЕСЕНИЯ ИЗМЕНЕНИЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

5 «А» класс

[illegible]

ЛИСТ ВНЕСЕНИЯ ИЗМЕНЕНИЙ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

5 «Б» класс

[illegible]