

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ФИЛИППОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

Согласовано  
зам.директора по УВР  
\_\_\_\_\_ Морозова Н.А.

Утверждаю  
директор МКОУ Филипповской СОШ  
\_\_\_\_\_ Агеева О.И  
приказ от \_\_\_\_\_ 2021г. № \_\_\_\_\_ -од

# **Рабочая программа учебного курса**

**«Основы безопасности  
жизнедеятельности»**

**5 класс**

**на 2021-2022 учебный год**

Составитель: **Беляков В.М.,**  
учитель ОБЖ

2021 год

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа разработана на основе следующих документов:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (далее – ФГОС основного общего образования) с изменениями (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 декабря 2014 года N 1644);
- Приказ Минпросвещения России от 22.03.2021 № 115 «Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (далее – Порядок);
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28);
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания» (утв. Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 28.01.2021 № 2);
- Приказ Минпросвещения России от 20.05.2020 N 254 "Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования осуществляющими образовательную деятельность»;
- Устав МКОУ Филипповской СОШ;
- Основная образовательная программа основного общего образования;
- Учебный план МКОУ Филипповской СОШ на 2021-2022 учебный год

Рабочая программа составлена на основе обязательного минимума содержания образования, программы по курсу ОБЖ для 5 класса.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 5 - ом классе направлена на достижение следующих целей:

- приобретение учащимися теоретических и практических навыков;
- психологическая подготовка в области предупреждения чрезвычайных ситуаций в жизни и быту;
- умения правильно действовать при возникновении чрезвычайных ситуаций различного характера.

### **Место курса в учебном плане**

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в 5 классе, из расчёта 1 ч в неделю всего 34 часа.

В школе реализуется комплексная программа по ОБЖ 5-11 классов для общеобразовательных учреждений под общей редакцией А.Т.Смирнова, авторов А.Т.Смирнова, Б.О.Хренникова М.Просвещение 2010 г.

- Изучение данного курса предполагает получение учащимися углубленных знаний по безопасности, которая определяет решающую роль человека в выработке способностей и умения сохранить здоровье и жизнь в условиях различного рода экстремальных ситуаций природного, техногенного, экологического и социального характера. Более детальное рассмотрение вопросов безопасности в жизни и быту позволит обобщить накопленный, в

том числе и на уроках ОБЖ, материал на основе анализа конкретных ситуаций, что значительно активизирует учебно-воспитательный процесс, станет побудительным фактором к творческому подходу в поиске правильных решений по выходу из чрезвычайных ситуаций.

Решение воспитательно-образовательных задач в области безопасности жизнедеятельности рациональнее проводить с учащимися пятых классов общеобразовательных учреждений. Получив первичные основы знаний по безопасности в начальной школе во время классных часов и факультативных занятий, они готовы к восприятию основных жизненных навыков по безопасному образу жизни. Пятиклассники уже в состоянии анализировать с помощью учителя различные экстремальные ситуации и делать необходимые выводы. Именно в этот период жизни следует донести до учащихся знания о том, как вести себя в чрезвычайных ситуациях, как не попадать в них.

Темы данного курса тесно переплетаются с жизненными ситуациями, что предусматривает получение конкретных знаний и навыков по предупреждению чрезвычайных ситуаций, умению ликвидировать их в начальной стадии, а, оказавшись в зоне опасности, быстро находить правильный выход из создавшейся ситуации, не допуская паники.

Структурно программа курса ОБЖ состоит из 4-х содержательных линий:

- безопасность и защита человека в опасных ситуациях;
- чрезвычайные ситуации;
- основы здорового образа жизни;
- основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи.

Учебный курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5-ом классе строится так, чтобы были достигнуты следующие цели:

- безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- отрицательное отношение учащихся к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- приобретение учащимися теоретических и практических навыков;
- психологическая подготовка при возникновении опасных ситуаций в автономных условиях существования;

Достижение этих целей обеспечивается решением таких учебных задач, как:

-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;

### **ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ 5 КЛАССА**

Требования направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

Рубрика «Знать/понимать» включает требования к учебному материалу, который усваивается и воспроизводится обучающимися об основах здорового образа жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях, об оказании первой медицинской помощи.

Знания и умения учащихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.

-Оценку «5» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает учащийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.

-Оценку «4» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат, в общем, соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4» получает учащийся, набравший 70 – 89% от максимально возможного количества баллов.

-Оценку «3» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает учащийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.

-Оценку «2» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает учащийся, набравший 20 - 44% от максимально возможного количества баллов.

**Учащиеся должны знать/понимать:**

- основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;

уметь:

- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;
- пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
- правильно вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;
- действовать по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации;

использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
- соблюдение мер предосторожности и правил поведения пассажиров в общественном транспорте;
- пользования бытовыми приборами и инструментами;
- обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи

**Личностные, метапредметные, предметные,  
планируемые результаты освоения курса  
«Основы безопасности жизнедеятельности»**

**Личностные результаты:**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

**Метапредметные результаты:**

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- 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;

**Предметные результаты:**

- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;

## Календарно-тематическое планирование учебной программы 5 класс

Раздел, тема, урок	Наименование раздела, темы, урока	Количество часов			Основные понятия и содержание учебного материала	Планируемые результаты
		Раздел	Тема	Урок		
I	БЕЗОПАСНОСТЬ И ЗАЩИТА В ОПАСНЫХ СИТУАЦИЯХ	18				
1.	<i>Человек, среда его обитания, безопасность человека</i>		5			
1.1	Город как среда обитания			1	Роль городов в развитии человеческого общества. Особенности современных городов, их деление в зависимости от количества жителей. Система жизнеобеспечения современных городов. Наиболее характерные опасные ситуации для человека, которые могут возникнуть в городе.	-Овладение умением анализировать причины возникновения опасных и аварийных ситуаций в быту.  -Формирование потребности осознанно выполнять правила безопасного поведения в быту.  -Освоение знаний устройства и принципов действия бытовых электроприборов и других технических средств, используемых в
1.2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища			1	Система обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом. Бытовые приборы, используемые человеком в повседневной жизни.	электротехнических средств, используемых в

					Возможные опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище; меры по их профилактике.	быту. -Учиться понимать инструкции пользователя электрических и электронных приборов.
1.3	Особенности природных условий в городе  <u>КОНТРОЛЬ: Опорный конспект по теме «Опасные и аварийные ситуации в быту»</u>			1	Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат города. Особенности природной среды в городе. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в городе с учётом окружающей среды.	-Учиться выбирать наиболее эффективный способ предотвращения опасной ситуации в быту.  -Освоение приемов действий по обеспечению защиты жизни и здоровья людей при возникновении пожаров.
1.4	Социальные условия проживания в городе			1	Особенности социальной среды в городе с учётом его предназначения (город-столица, город-порт и др.). Зона повышенной криминогенной опасности, зоны безопасности в городе. Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе: со взрослыми и сверстниками, с незнакомым человеком.	-Овладение духовно-нравственными основами антитеррористического поведения в повседневной жизни.  -Учиться различать опасные и чрезвычайные ситуации в жизни человека.
1.5	Основы безопасности жизнедеятельности человека			1	Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях. Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в городе. Основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.	-Знакомство с основными службами города, предназначенными для защиты населения от опасных и ЧС.  -Отработка действий при оповещении о ЧС и эвакуации.  -Овладение правилами безопасного поведения на улице и в



						общественных местах.
2.	<i>Опасные ситуации техногенного характера</i>		8			
2.1	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения			1	Дорога и её предназначение. Участники дорожного движения. Регулирование дорожного движения; дорожная разметка; дорожные знаки; светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения.	-Анализировать возможные причины ДТП.  - Овладение умением формулировать личное понятие о современной культуре безопасного поведения на дороге.
2.2	Пешеход. Безопасность пешехода			1	Пешеход – участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге.	-Формирование внутренней потребности и дисциплины в соблюдении ПДД.  -Формирование умения оценивать обстановку на дороге.
2.3	Пассажир. Безопасность пассажира (фильм «Безопасные дороги»)			1	Пассажир, общие обязанности пассажира. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Меры безопасности при поездке железнодорожным транспортом. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом.	-Поиск, преобразование, применение информации по теме (все виды работ с текстами).  -Приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации по истории ПДД с использованием различных источников информации.
2.4	Требования безопасности при катании на роликах, скейтбордах. Экипировка катающихся			1	Требования безопасности при катании на роликах, скейтбордах. Экипировка катающихся	-Освоение способов совместной деятельности при работе в группах и
2.5	Основные понятия и термины правил дорожного движения. Регулирование			1	Основные понятия и термины правил дорожного движения. Регулирование	

	<p>дорожного движения.</p> <p><u>КОНТРОЛЬ: Терминологический диктант по теме «Основные понятия и термины ПДД»</u></p>				<p>дорожного движения.</p>	<p>парах.</p> <p>-Овладение знаниями правовых норм поведения в области пожарной безопасности.</p>
2.6	<p>Безопасность велосипедиста. Дорожные знаки (предупреждающие, информационные, знаки особых предписаний).</p> <p><u>КОНТРОЛЬ: Зачет по теме «Правила дорожного движения».</u></p>			1	<p>Безопасность велосипедиста. Дорожные знаки (предупреждающие, информационные, знаки особых предписаний).</p>	<p>-Овладение приемами использования первичных средств пожаротушения.</p> <p>-Отработка действий по вводной «Пожар».</p>
2.7	<p>Пожарная безопасность</p>			1	<p>Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище; личная безопасность при пожаре.</p>	
2.8	<p>Безопасное поведение в бытовых ситуациях</p> <p><u>КОНТРОЛЬ: Контрольная работа по итогам I полугодия.</u></p>			1	<p>Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Общие правила безопасного поведения в быту. Безопасное обращение с электроприборами, с бытовым газом, со средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером. Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.</p>	

3.	<i>Опасные ситуации природного характера</i>		2			
3.1	Метеоусловия и безопасность человека			1	Погода и её основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололёд, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения в предвидении и во время опасных природных явлений.	-Освоение приемов действий при угрозе возникновения опасных природных явлений.  -Учиться оценивать состояние водоема в различное время года.  - Овладение правилами безопасного поведения на водоемах в различное время года.
3.2	Безопасность на водоёмах			1	Водоёмы в черте города. Состояние водоёмов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоёмах в различное время года.	- Владеть знаниями о средствах спасения на воде.
4	<i>Опасные ситуации социального характера</i>		3			
4.1	Ситуации криминогенного характера и личная безопасность			1	Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации.	-Знать расположение потенциально опасных криминогенных зон в районе школы и мест проживания.  -Учиться находить верное решение по защите в криминогенной ситуации.
4.2	Обеспечение личной безопасности дома			1	Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в	-Анализировать эффективность рекомендаций специалистов по правилам безопасного поведения в

					лифте. Нападение в подъезде дома.	криминогенной ситуации. <u>УЧ.-ПОЗ.</u>
4.3	Обеспечение личной безопасности на улице			1	Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасных ситуаций. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и др.). Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и др.). Умение соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе. Взрывное устройство на улице.	-Учиться моделировать возможные опасные ситуации на дороге и вырабатывать алгоритм безопасного поведения.  -Знакомиться с видами терактов, их возможными последствиями и правилами безопасного поведения при их угрозе.
II	ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ	6				
5.	<i>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера</i>		6			
5.1	Чрезвычайные ситуации природного характера  <u>КОНТРОЛЬ: Терминологический диктант по теме «ЧС природного характера»</u>			1	ЧС природного характера: землетрясения, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы. Краткая характеристика ЧС природного характера, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях ЧС природного характера.	-Знание основных признаков ЧС природного и техногенного характера.  -Овладение навыками безопасного поведения при угрозе и возникновении ЧС.  -Владеть знаниями об основных поражающих факторах при
5.2	Чрезвычайные ситуации техногенного			1	ЧС техногенного характера: аварии на	

	характера				радиационноопасных объектах; аварии на пожаро-взрывоопасных объектах; аварии на химических объектах. Обеспечение личной безопасности в ЧС техногенного характера.	различных ЧС. -Освоение приемов действий в ЧС. -Знать потенциально-опасные объекты в районе проживания.
5.3	Практическое занятие по отработке действий в случае возникновения ЧС природного или техногенного характера			4	Организация защиты населения от ЧС. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС).  Действия населения при оповещении об угрозе возникновения ЧС.  Организация эвакуации населения.  Правило безопасного поведения при проживании на радиоактивно загрязненной местности.	-Овладение правилами оповещения и эвакуации при ЧС.
III	ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ	5				
6.	<i>Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни</i>		3			
6.1	О здоровом образе жизни			1	Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.  Основные составляющие здорового образа жизни. Режим дня и умение	-Формирование правильного представления о режиме дня школьника.  -Выработка индивидуальной системы укрепления здоровья.

	<u>КОНТРОЛЬ: Доклады на тему «Компоненты здорового образа жизни»</u>				рационально распределять своё время как основное составляющее здорового образа жизни.	-Совершенствование личностных физических и духовных качеств.  - Уметь участвовать в дискуссии и отстаивать свою точку зрения.
6.2	Двигательная активность и закаливание организма - необходимые условия укрепления здоровья			1	Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Систематические занятия физической культурой – обязательные условия для укрепления и сохранения здоровья.	-Учиться правильно формировать свою культуру питания.
6.3	Рациональное питание. Гигиена питания			1	Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества: углеводы, жиры, белки, витамины, минеральные вещества, вода. Гигиена питания.	
7	<i>Вредные привычки и их влияние на здоровье человека</i>		2			
7.1	Здоровый образ жизни, вредные привычки и их профилактика			1	Потенциальные возможности человека, значение образа жизни и привычек для их реализации по совершенствованию духовных и физических качеств.  Вредные привычки, их отрицательное влияние на развитие способностей человека и на его здоровье.	-Формирование индивидуальной системы здорового образа жизни.  -Формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни.  -Формирование осознанного отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе

						наркотиков.
7.2	<p>Курение.</p> <p>Употребление алкоголя.</p> <p><u>КОНТРОЛЬ: Контрольная работа по итогам 5 класса.</u></p>			1	<p>Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного дыма на организм человека и на окружающих. Возможные последствия для здоровья человека от постоянного курения. Как уберечь себя от курения.</p> <p>Алкоголь – наркотический яд. Влияние алкоголя на организм человека. Возможные последствия употребления алкоголя. Алкоголь и преступность.</p> <p>Отношение человека, ведущего здоровый образ жизни к употреблению спиртных напитков</p>	<p>-Учиться анализировать состояние своего здоровья.</p> <p>-Умение формулировать правила соблюдения норм здорового образа жизни.</p>
IV	ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ	6				
8	<i>Первая медицинская помощь и правила её оказания</i>		6			
8.1	ПМП при различных видах повреждений			2	<p>ПМП, общее положение по оказанию ПМП.</p> <p>Ситуации, при которых следует немедленно вызывать скорую</p>	<p>-Осваивать правила оказания ПМП.</p> <p>-Анализировать возможные последствия различных</p>

					<p>медицинскую помощь, правила её вызова.</p> <p>Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома.</p>	<p>повреждений и травм.</p> <p>-Отработка приемов оказания ПМП.</p> <p>-Учиться использовать препараты и средства домашней аптечки для оказания первой помощи при механических повреждениях и травмах.</p> <p>-Различать предметы бытовой химии, иметь представление о возможных путях воздействия токсических веществ на организм человека.</p>
8.2	<p>Оказание первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении.</p> <p><u>КОНТРОЛЬ: Практическое занятие на тему: «Наложение бинтовой повязки».</u></p>			2	<p>Практическое занятие. Последовательно отрабатываются навыки в оказании первой медицинской помощи: при ушибах, при ссадинах, при носовом кровотечении.</p>	<p>-Учиться правилам безопасной работы с бытовыми химическими веществами.</p>
8.3	<p>ПМП при отравлении</p>			2	<p>Практическое занятие. Отравления, пути попадания токсических веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях: медикаментами, препаратами бытовой химии, кислотами, щелочами, никотином, угарным газом (по выбору)</p>	<p>-Учиться правилам безопасной работы с бытовыми химическими веществами.</p>
<p>Учитель: Беляков В.М.</p> <p>Всего часов: 34</p>						