



Правительство Санкт-Петербурга
Комитет по образованию

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ЛИЦЕЙ №126
КАЛИНИНСКОГО РАЙОНА САНКТ-ПЕТЕРБУРГА

Рассмотрена
на МО учителей ОБЖ
Протокол № 10 от 7.06.21

Принята
педагогическим советом
ГБОУ Лицей №126
Протокол № 13 от 7.06.21

Утверждаю
Директор Розов П.С.
Приказ № 96 от 7.06.21



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ОСНОВАМ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
ДЛЯ 5 абвгд пр КЛАССОВ

РАЗРАБОТАНА УЧИТЕЛЕМ ОБЖ
УРВАНЦЕВОЙ НАТАЛЬЕЙ АЛЕКСЕЕВНОЙ

СРОК РЕАЛИЗАЦИИ – 1 ГОД

САНКТ-ПЕТЕРБУРГ

2021 ГОД

1. Пояснительная записка

1.1. Рабочая программа разрабатывается на основании Федерального Закона РФ от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для 5 класса разработана в соответствии с:

- Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 №1897
- Федеральным перечнем учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденного приказом Минпросвещения России от 20.05.2020 №254
- Перечнем организаций, осуществляющих выпуск учебных пособий, которые допускаются к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 09.06.2016 №699
- Учебным планом ГБОУ Лицей №126 Калининского района Санкт-Петербурга на 2021-2022 учебный год

В программе реализованы требования федеральных законов «Об обороне», «О гражданской обороне», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» и постановлением Правительства Российской Федерации от 4 сентября 2003 г. N 547 «О подготовке населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», Федеральный закон от 10 декабря 1995 года N 196-ФЗ "О безопасности дорожного движения"

1.2 Место предмета в учебном плане ГБОУ Лицей №126 Калининского района Санкт-Петербурга

В учебном плане ГБОУ Лицей № 126 Калининского района Санкт - Петербурга на 2021/2022 учебный год на изучение предмета основ безопасности жизнедеятельности в предметной области физическая культура и основы безопасности в 5абвгд пр классах отводится 34 часа из части, формируемой участниками образовательных отношений.

1.3 Цели и задачи учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Целью изучения и освоения программы является формирование у подрастающего поколения россиян культуры безопасности жизнедеятельности в современном мире в соответствии с требованиями, предъявляемыми Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования.

Учебный предмет "Основы безопасности жизнедеятельности" является обязательным для изучения на уровне основного общего образования и является одной из составляющих предметной области "Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности".

Программа определяет базовое содержание по учебному предмету "Основы безопасности жизнедеятельности" в форме и объеме, которые соответствуют возрастным особенностям обучающихся и учитывает возможность освоения приемов умственной и практической деятельности обучающихся, что является важнейшим компонентом развивающего обучения.

Основы безопасности жизнедеятельности как учебный предмет обеспечивает:

- освоение обучающимися знаний о безопасном поведении в повседневной жизнедеятельности;
- понимание обучающимися личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности, ценностей гражданского общества, в том числе гражданской идентичности и правового поведения;
- понимание необходимости беречь и сохранять свое здоровье как индивидуальную и общественную ценность;
- понимание необходимости следовать правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- освоение обучающимися умений экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков;
- 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, терроризма и наркотизма;
- освоение умений использовать различные источники информации и коммуникации для определения угрозы возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- освоение умений предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- освоение умений оказывать первую помощь пострадавшим;
- освоение умений готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;
- освоение умений принимать обоснованные решения в конкретной опасной (чрезвычайной) ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- освоение умений использовать средства индивидуальной и коллективной защиты.

Освоение и понимание учебного предмета "Основы безопасности жизнедеятельности" направлено на:

- воспитание у обучающихся чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- развитие у обучающихся качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни, необходимых для обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- формирование у обучающихся 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, убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни, антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции, нетерпимости к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека.

Программа учебного предмета "Основы безопасности жизнедеятельности" учитывает возможность получения знаний через практическую деятельность и способствует формированию у обучающихся умения безопасно использовать учебное оборудование, проводить исследования, анализировать полученные результаты, представлять и научно аргументировать полученные выводы.

Межпредметная интеграция и связь учебного предмета "Основы безопасности жизнедеятельности" с такими предметами как "Биология", "История", "Информатика",

"Обществознание", "Физика", "Химия", "Экология", "Экономическая и социальная география", "Физическая культура" способствует формированию целостного представления об изучаемом объекте, явлении, содействует лучшему усвоению содержания предмета, установлению более прочных связей учащегося с повседневной жизнью и окружающим миром, усилению развивающей и культурной составляющей программы, а также рационального использования учебного времени.

1.4 Адресность рабочей программы

Рабочая программа адресована учащимся 5-х классов, обучающихся по основной образовательной программе основного общего образования.

Характеристика классов

1.5 Количество часов на изучение предмета

Рабочая программа рассчитана на 34 часа, из расчёта 1 час в неделю.

Из них практических работ 4.

1.6 Внесённые изменения

Программа соответствует основной образовательной программе основного общего образования.

1.7 Планируемые результаты:

Личностные:

- гражданский патриотизм, любовь к Родине, чувство гордости за свою страну;
- эмоционально положительное принятие своей региональной идентичности;
- уважение личности и ее достоинства, доброжелательное отношение к окружающим, нетерпимость к любым видам насилия и готовность противостоять им;
- уважение ценностей семьи, любовь к природе, признание ценности здоровья, своего и других людей, оптимизм в восприятии мира;
- потребность в самовыражении и самореализации, социальном признании;
- позитивная моральная самооценка и моральные чувства — чувство гордости при следовании моральным нормам, переживание стыда и вины при их нарушении.

В рамках деятельностного (поведенческого) компонента:

- готовность и способность к выполнению норм и требований школьной жизни, прав и обязанностей ученика;
- умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия; умение конструктивно разрешать конфликты;
- готовность и способность к выполнению моральных норм в отношении взрослых и сверстников в школе, дома, во внеурочных видах деятельности;
- устойчивый познавательный интерес и становление смыслообразующей функции познавательного мотива.
- жизненное, личностное, профессиональное самоопределение;

Ученик получит возможность для формирования:

- выраженной устойчивой учебно-познавательной мотивации и интересов учения;
- готовности к самообразованию и самовоспитанию;
- адекватной позитивной самооценки;
- компетентности в реализации основ гражданской идентичности в поступках и деятельности;
- готовности осознанного понимания и сопереживания чувствам других, выражающейся в поступках, направленных на помощь.

Метапредметные

Условием формирования межпредметных понятий, таких как "система", "факт", "закономерность", "феномен", "анализ", "синтез", "функция", "материал", "процесс", является овладение обучающимися основами читательской компетенции, приобретение навыков работы с информацией, участие в проектной деятельности. В основной школе при изучении основ безопасности жизнедеятельности будет продолжена работа по формированию и развитию основ читательской компетенции. Обучающиеся овладеют чтением как средством осуществления своих дальнейших планов: продолжения образования и самообразования, осознанного планирования своего актуального и перспективного круга чтения, в том числе досугового, подготовки к трудовой и социальной деятельности. У выпускников будет сформирована потребность в систематическом чтении как в средстве познания мира и себя в этом мире, гармонизации отношений человека и общества, создания образа "потребного будущего".

При изучении основ безопасности жизнедеятельности обучающиеся усовершенствуют приобретенные на первом уровне навыки работы с информацией и пополнят их. Они смогут работать с текстами, преобразовывать и интерпретировать содержащуюся в них информацию, в том числе:

- систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах;
- выделять главную и избыточную информацию, выполнять смысловое свертывание выделенных фактов, мыслей; представлять информацию в сжатой словесной форме (в виде плана или тезисов) и в наглядно-символической форме (в виде таблиц, графических схем и диаграмм, карт понятий - концептуальных диаграмм, опорных конспектов);
- заполнять и/или дополнять таблицы, схемы, диаграммы, тексты.

В ходе изучения основ безопасности жизнедеятельности обучающиеся приобретут опыт проектной деятельности, способствующей воспитанию самостоятельности, инициативности, ответственности, повышению мотивации и эффективности учебной деятельности. В процессе реализации исходного замысла на практическом уровне овладеют умением выбирать адекватные задаче средства, принимать решения, в том числе в ситуациях неопределенности. Они получат возможность развить способности к разработке нескольких вариантов решений, к поиску нестандартных решений, анализу результатов поиска и выбору наиболее приемлемого решения.

В соответствии с ФГОС ООО выделяются три группы универсальных учебных действий: регулятивные, познавательные, коммуникативные.

Регулятивные УУД

Ученик сможет научиться:

- 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.

Ученик получит возможность научиться:

- самостоятельно ставить новые учебные цели и задачи;
- построению жизненных планов во временной 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.

Познавательные УУД

Ученик получит возможность научиться:

- проводить наблюдение и эксперимент под руководством учителя;
- устанавливать причинно-следственные связи;
- самостоятельное выделение и формулирование познавательной цели;
- поиск и выделение необходимой информации; применение методов информационного поиска, в том числе с помощью компьютерных средств
- структурирование знаний;
- осознанное и произвольное построение речевого высказывания в устной и письменной форме;
- выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий;
- рефлексия способов и условий действия, контроль и оценка процесса и результатов деятельности;
- определение основной и второстепенной информации;
- понимание и адекватная оценка языка средств массовой информации;
- постановка и формулирование проблемы, самостоятельное создание алгоритмов деятельности при решении проблем творческого и поискового характера.
- б) логические:
 - 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;
 - синтез — составление целого из частей, в том числе самостоятельное достраивание с восполнением недостающих компонентов;
 - подведение под понятие, выведение следствий;
 - установление причинно-следственных связей, представление цепочек объектов и явлений;
 - построение логической цепочки рассуждений, анализ истинности утверждений;

- доказательство;
- в) постановка и решение проблемы:
- формулирование проблемы;
- самостоятельное создание способов решения проблем творческого и поискового характера.

Коммуникативные УУД

Ученик получит возможность научиться:

- 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.
- 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.

Предметные

| Класс | Обучающийся научится | Обучающийся может научиться |
|---------|--|---|
| 5 класс | <ul style="list-style-type: none"> ● использовать полученные знания и умения в практической деятельности и в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; ● потребности в соблюдении норм здорового образа жизни. ● установке на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью; ● антиэкстремистской и | <ul style="list-style-type: none"> ● безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста; ● анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей; ● анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера; ● анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма; ● предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние |

| | |
|--|--|
| <p>антитеррористической личностной позиции;</p> <ul style="list-style-type: none"> • пониманию необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека; • применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; • оказать первую помощь пострадавшим; • предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности; • принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей; | <p>вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;</p> <ul style="list-style-type: none"> • характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека; • классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи; • оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях; • оказывать первую помощь при поражении электрическим током; • использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных; • усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; • исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности; • творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности. |
|--|--|

2. Содержание учебной программы:

2.1 Название тем и количество часов на их изучение

| № | Тема | Количество часов | |
|---|--|------------------|--------------------|
| | | По теме | Практических работ |
| Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства 22 часа | | | |
| Раздел 1. Основы комплексной безопасности 15 часов | | | |
| 1 | Человек, среда его обитания, безопасность человека | 5 | |
| 2 | Опасные ситуации техногенного характера | 6 | |
| 3 | Опасные ситуации природного характера | 2 | |
| 4 | Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера | 2 | |
| Раздел 3. Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации 7 часов | | | |
| 5 | Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение | 3 | |
| 6 | Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства | 4 | |
| Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни 12 часов | | | |
| Раздел 4. Основы здорового образа жизни 5 часов | | | |

| | | | |
|--|---|----|---|
| 7 | Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни | 3 | |
| 8 | Факторы, разрушающие здоровье | 2 | |
| Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи 7 часов | | | |
| 9 | Первая помощь и правила ее оказания | 6 | 4 |
| Резервный урок | | | |
| 10 | Обобщающий урок | 1 | |
| Итого: | | 34 | 4 |

2.2 Содержание учебных тем

| № темы | Тематическое планирование | Содержание учебной темы |
|--|--|--|
| Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства | | |
| Раздел 1. Основы комплексной безопасности | | |
| 1. | <p>Человек, среда его обитания, безопасность человека</p> <p>1.1 Город как среда обитания</p> <p>1.2 Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.</p> <p>1.3 Особенности природных условий в городе.</p> <p>1.4 Взаимоотношения людей, проживающих в городе, их безопасность.</p> <p>1.5 Безопасность в повседневной жизни.</p> | <p>Сравнивают особенности жизнеобеспечения городского и сельского жилища и возможные опасные и аварийные ситуации.</p> <p>Анализируют инструкции пользователя электрических и электронных приборов.</p> <p>Различают предметы бытовой химии.</p> <p>Характеризуют наиболее эффективные способы предотвращения опасных ситуаций в быту.</p> <p>Знакомятся с «профессиями» городов и особенностями проживания в них людей.</p> <p>Основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.</p> |
| 2. | <p>Опасные ситуации техногенного характера</p> <p>2.1 Дорожное движение, безопасность участников ДД.</p> <p>2.2 Пешеход. Безопасность пешехода.</p> <p>2.3 Пассажир. Безопасность пассажира.</p> <p>2.4 Водитель.</p> <p>2.5 Пожарная безопасность.</p> <p>2.6 Безопасное поведение в бытовых ситуациях.</p> | <p>Характеризуют причины ДТП, организацию дорожного движения и правила безопасного поведения участников ДД.</p> <p>Запоминают правила безопасного движения на дорогах.</p> <p>Анализируют причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях.</p> <p>Характеризуют права и обязанности граждан в области пожарной безопасности в быту.</p> <p>Запоминают правила безопасного поведения при пожаре.</p> |
| 3. | <p>Опасные ситуации природного характера</p> <p>3.1 Погодные условия и безопасность человека.</p> <p>3.2 Безопасность на водоемах.</p> | <p>Характеризуют основные опасные погодные условия в местах своего проживания и их последствия.</p> <p>Различают меры безопасного поведения в условиях опасных погодных явлений.</p> <p>Различают состояния водоемов в различное время года.</p> <p>Объясняют правила поведения на водоемах.</p> <p>Изучают правила само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.</p> |
| 4. | Чрезвычайные ситуации | Различают ЧС по причинам их возникновения. |

| | | |
|--|--|---|
| | природного и техногенного характера 4.1 ЧС природного характера 4.5 ЧС техногенного характера. | Анализируют правила своего возможного поведения в случае возникновения той или иной ЧС. |
| Раздел 3. Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации | | |
| 5. | Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение 5.1 Антиобщественное поведение и его опасность. 5.2 Обеспечение личной безопасности дома. 5.3 Обеспечение личной безопасности на улице. | Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации. Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома. Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасных ситуаций. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знания расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и др.). Умение соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе. Взрывное устройство на улице. |
| 6. | Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства 6.1 Экстремизм и терроризм. Основные понятия. Причины возникновения. 6.2 Виды экстремистской и террористической деятельности. 6.3 Виды террористических актов и их последствия. 6.4 Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности. | Общие понятия об экстремизме и терроризме. Причины возникновения. Виды террористической деятельности. Формулировка правил поведения в повседневной жизни, чтобы не стать правонарушителем. Составление плана действий при угрозе теракта или при теракте. Рассмотрение ситуационных задач в свете ответственности несовершеннолетних за антиобщественное поведение. |
| Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни | | |
| Раздел 4. Основы здорового образа жизни | | |
| 7. | Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни 7.1 О здоровом образе жизни. 7.2 Двигательная активность и закаливание организма – необходимое условие укрепления здоровья. 7.3 Рациональное питание. Гигиена питания. | Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств. Основные составляющие здорового образа жизни. Режим дня и умение рационально распределять свое время как основное составляющее здорового образа жизни. Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Систематические занятия физической культурой - обязательные условия для укрепления и сохранения здоровья. Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества: углеводы, жиры, |

| | | |
|---|--|---|
| | | белки, витамины, минеральные вещества, вода. Гигиена питания. |
| 8. | Факторы, разрушающие здоровье 8.1 Вредные привычки и их влияние на здоровье. 8.2 Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек. | 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. Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного дыма на организм курящего и на окружающих. Возможные последствия для здоровья человека от постоянного курения. Как уберечь себя от курения. Алкоголь - наркотический яд. Влияние алкоголя на организм человека. Возможные последствия употребления алкоголя. Алкоголь и преступность. Отношение человека, ведущего здоровый образ жизни, к употреблению спиртных напитков. |
| Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи | | |
| 9. | Первая помощь и правила ее оказания 9.1 Первая помощь при различных видах повреждений. 9.2 Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах 9.3 Первая помощь при отравлениях 9.4 Практические занятия по правилам оказания первой помощи 9.5 Практические занятия по правилам оказания первой помощи 9.6 Практические занятия по правилам оказания первой помощи | Первая медицинская помощь, общее положение по оказанию первой медицинской помощи. Ситуации, при которых следует немедленно вызывать скорую медицинскую помощь, правила ее вызова. Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома. Последовательно отрабатываются навыки в оказании первой медицинской помощи: - при ушибах; - при ссадинах; - при носовом кровотечении. Отравления, пути попадания токсических веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях. По выбору преподавателя отрабатываются навыки по оказанию первой медицинской помощи при отравлении: - медикаментами; - препаратами бытовой химии; кислотами; щелочами; никотином; угарным газом. |
| 10 | Обобщающий урок | Обобщение знаний за курс основ безопасности жизнедеятельности 5 класса |

3. Календарно-тематическое планирование

| № п/п | Тема урока | Предметные результаты | Виды контроля | Форма контроля | Дата по плану | Дата по факту |
|--|--|---|---------------|----------------|---------------|---------------------------------|
| Человек, среда его обитания, безопасность человека 5 часов | | | | | | |
| 1 | Город как среда обитания. | Характеризовать особенности современных городов, опасные ситуации, которые могут возникнуть в городе. | текущий | устный опрос | 1 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| 2 | Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища | Исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности | текущий | устный опрос | 2 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| 3 | Особенности природных условий в городе. | Выделять природные и антропогенные факторы формирующие микроклимат города Принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей | текущий | устный опрос | 3 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| 4 | Взаимоотношения людей, проживающих в городе, их безопасность | Характеризовать особенности социальной среды в городе. Принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и | текущий | устный опрос | 4 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |

| | | | | | | |
|---|--|---|---------|-----------------------------|----------|---------------------------------|
| | | индивидуальных возможностей | | | | |
| 5 | Безопасность в повседневной жизни. | Различать опасные и чрезвычайные ситуации в повседневной жизни. Запомнить основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и ЧС. Принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей | текущий | устный опрос | 5 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| Опасные ситуации техногенного характера 6 часов | | | | | | |
| 6 | Дорожное движение, безопасность участников ДД. | Раскрывать понятие «Дорога» и её предназначение, регулирование дорожного движения. Принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей на дороге. | текущий | устный опрос | 6 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| 7 | Пешеход. Безопасность пешехода. | Соблюдать общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге. Принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей на дороге. | текущий | решение ситуационных задач. | 7 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| 8 | Пассажир. Безопасность пассажира. | Соблюдать общие обязанности пассажиров. Меры безопасного поведения пассажира. Принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей на дороге и в | текущий | решение ситуационных задач. | 8 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |

| | | | | | | |
|--|---|---|--------------|----------------------------------|-----------|---------------------------------|
| | | транспорте. | | | | |
| 9 | Водитель. | Соблюдать общие обязанности водителя. Требования, предъявляемые к техническому состоянию велосипеда. Соблюдать обязанности велосипедиста, правила его поведения на дороге. Принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей на дороге. | тематический | Тест «Безопасность на дороге» | 9 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| 10. | Пожарная безопасность. | Соблюдать пожарную безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище. Принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей в жилище. | текущий | устный опрос | 10 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| 11 | Безопасное поведение в бытовых ситуациях. | Различать опасные аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей в быту. | текущий | решение ситуационных задач | 11 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| Опасные ситуации природного характера 2 часа | | | | | | |
| 12 | Погодные условия и безопасность человека. | Определять опасные природные явления и соблюдать правила безопасного поведения. Предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности; | текущий | решение ситуационных задач | 12 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |

| | | | | | | |
|---|---|--|---------|-----------------------------|-----------|--|
| 13 | Безопасность на водоемах. | Определять состояние водоемов в различное время года. Принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей на водоемах в различное время года. | текущий | решение ситуационных задач | 13 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера 2 часа | | | | | | |
| 14 | ЧС природного характера | Использовать полученные знания и умения в практической деятельности и в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера | текущий | устный опрос | 14 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| 15 | ЧС техногенного характера. | Использовать полученные знания и умения в практической деятельности и в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях техногенного характера. | текущий | устный опрос | 15 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение 3 часа | | | | | | |
| 16 | Антиобщественное поведение и его опасность. | Использовать полученные знания и умения в практической деятельности и в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях социального характера | текущий | устный опрос | 16 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| 17 | Обеспечение личной безопасности дома. | Исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности | текущий | решение ситуационных задач. | 17 неделя | 5г – 5в – 5б – 5а – 5д – 5е – |

| | | | | | | |
|---|--|--|--------------|--|-----------|---------------------------------|
| 18 | Обеспечение личной безопасности на улице. | Усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях на улице. | тематический | Тест на тему: «Личная безопасность в криминогенной ситуации» | 18 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д |
| Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства 4 часа | | | | | | |
| 19 | Экстремизм и терроризм. Основные понятия. Причины возникновения. | Предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности в ситуации, связанной с терроризмом | текущий | Круглый стол «Что мы знаем об ответственности». | 19 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| 20 | Виды экстремистской и террористической деятельности. | Определять виды экстремистской и террористической деятельности. Принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей при угрозе террористических действий. | текущий | решение ситуационных задач | 20 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| 21 | Виды террористических актов и их последствия. | Определять виды террористических актов и их последствия для общества. Анализировать последствия проявления терроризма Применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций социального характера | текущий | решение ситуационных задач | 21 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| 22 | Ответственность | Различать виды ответственности | тематический | тест | 22 | 5а- |

| | | | | | | |
|--|---|---|---------|---|--------------|---------------------------------|
| | несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности. | несовершеннолетних за антиобщественное поведение. Принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей в повседневной жизни, чтобы не стать правонарушителем. | | | неделя | 5б- 5в- 5г- 5д- |
| Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни 3 часа | | | | | | |
| 23 | О здоровом образе жизни. | Соблюдать основные положения о здоровом образе жизни. Формировать установку на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью | текущий | устный опрос | 23 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| 24 | Двигательная активность и закаливание организма – необходимое условие укрепления здоровья. | Определять виды двигательной активности и закаливания. Формировать потребности в соблюдении норм здорового образа жизни | текущий | устный опрос | 24 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| 25 | Рациональное питание. Гигиена питания. | Соблюдать гигиену питания, определять сущность рационального питания и пищевую ценность продуктов. Формировать установки на здоровый образ жизни, умение выбирать полезные продукты в питании. | текущий | Викторина на тему «Основные составляющие ЗОЖ» | 25 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| Факторы, разрушающие здоровье 2 часа | | | | | | |
| 26 | Вредные привычки и их влияние на здоровье. | Формировать установку на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью | текущий | устный опрос | 26 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |

| | | | | | | |
|---|--|---|---------|----------------------------|-----------|---------------------------------|
| 27 | Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек. | Формировать установку на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью | текущий | устный опрос | 27 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| Первая помощь и правила ее оказания 7 часов | | | | | | |
| 28 | Первая помощь при различных видах повреждений. | Понимать предназначение и общие правила оказания первой помощи при различных видах повреждений. Оказывать первую помощь при различных видах повреждений. | текущий | решение ситуационных задач | 28 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| 29 | Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах | Оказывать первую помощь при ушибах и ссадинах. | текущий | практическая работа | 29 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| 30 | Первая помощь при отравлениях | Понимать предназначение и общие правила оказания первой помощи при отравлениях. Оказывать первую помощь при отравлении никотином. | текущий | решение ситуационных задач | 30 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| 31 | Первая помощь при различных повреждениях, травмах в экстренных ситуациях | Оказывать первую помощь при различных повреждениях. | текущий | практическая работа | 31 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| 32 | Первая помощь при различных повреждениях, травмах в экстренных ситуациях | Оказывать первую помощь при различных повреждениях. | текущий | практическая работа | 32 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |

| | | | | | | |
|----|--|---|--------------|---------------------|-----------|---------------------------------|
| 33 | Первая помощь при различных повреждениях, травмах в экстренных ситуациях | Оказывать первую помощь при различных повреждениях. | текущий | практическая работа | 33 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |
| 34 | Обобщающий урок | Творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности | тематический | фронтальный опрос | 34 неделя | 5а- 5б- 5в- 5г- 5д- |

4. Контрольно-оценочный фонд

4.1 Критерии оценивания различных форм работы обучающихся на уроке

Критерии оценки при проведении устного опроса

Отметка "5" ставится в случае:

1. Знания, понимания, глубины усвоения обучающимся всего объёма программного материала.
2. Умения выделять главные положения в изученном материале, на основании фактов и примеров обобщать, делать выводы, устанавливать межпредметные и внутрипредметные связи, творчески применяет полученные знания в незнакомой ситуации.
3. Отсутствие ошибок и недочётов при воспроизведении изученного материала, при устных ответах устранение отдельных неточностей с помощью дополнительных вопросов учителя, соблюдение культуры письменной и устной речи.

Отметка "4":

1. Знание всего изученного программного материала.
2. Умений выделять главные положения в изученном материале, на основании фактов и примеров обобщать, делать выводы, устанавливать внутрипредметные связи, применять полученные знания на практике.
3. Незначительные (негрубые) ошибки и недочёты при воспроизведении изученного материала, соблюдение основных правил культуры письменной и устной речи.

Отметка "3":

1. Знание и усвоение материала на уровне минимальных требований программы, затруднение при самостоятельном воспроизведении, необходимость незначительной помощи преподавателя.
2. Умение работать на уровне воспроизведения, затруднения при ответах на видоизменённые вопросы.
3. Наличие грубой ошибки, нескольких негрубых при воспроизведении изученного материала, незначительное несоблюдение основных правил культуры письменной и устной речи.

Отметка "2":

1. Знание и усвоение материала на уровне ниже минимальных требований программы, отдельные представления об изученном материале.
2. Отсутствие умений работать на уровне воспроизведения, затруднения при ответах на стандартные вопросы.
3. Наличие нескольких грубых ошибок, большого числа негрубых при воспроизведении изученного материала, значительное несоблюдение основных правил культуры письменной и устной речи.

Критерии оценки при решении ситуационных задач

Отметка «5»: Учащийся выполнил задание (ситуационную задачу) и обосновал свои действия, грамотно применив соответствующие умения и теоретические знания в конкретной чрезвычайной ситуации;

Отметка «4»: Учащийся выполнил задание (ситуационную задачу), но допустил незначительные ошибки или некоторые неточности при объяснении или обосновании своих действий;

Отметка «3»: Учащийся в основном справился с заданием, но не смог объяснить или обосновать свои действия;

Отметка «2»: Учащийся не смог выполнить задание

Критерии оценки тестовых работ

| | | | |
|---------|--------|--------|-----------|
| 5 | 4 | 3 | 2 |
| 90-100% | 75-89% | 74-50% | Менее 50% |

Критерии оценки практических работ

Отметка «5» ставится, если учащийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Отметка «4» ставится, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два- три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Отметка «3» ставится, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Отметка «2» ставится, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно.

Во всех случаях Отметка снижается, если ученик не соблюдал правила техники безопасности.

5. Учебно-методический комплекс

Основная литература

| № | Название учебника | Класс | ФИО автора | Издательство | Год издания |
|---|--|-------|---|--------------------|-------------|
| | Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 5 классов общеобразовательных учреждений | 5 | Смирнов А.Т. Хренников Б. О., под редакцией Смирнова А. Т. | М., Просвещение | 2018 |