

Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 11»

Согласовано  
Руководитель МО Е.Е. Борисова

Борисова. Е. Е.  
Протокол № 1 от  
«24» августа 20 20 г.

Согласовано  
Зам. директора по  
УВР Т.В. Дорожинская

Дорожинская. Т. В.  
«24» августа 20 20 г.

Утверждаю  
Директор

Р.А. Азисов  
Приказ № 160 от  
«29» августа 20 20 г.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по ОБЖ

для обучающихся 5 класса

на 2020 – 2021 учебный год

Количество часов – 35

Срок реализации программы – 1 учебный год

Рабочая программа разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования на основе авторской программы по предмету основы безопасности жизнедеятельности.

Учебник: Основы безопасности жизнедеятельности. А.Т.Смирнов; Б.О.Хренников. Москва «Просвещение» 2012.

Составитель: Ильяев Д.Р.

## **Планируемые результаты**

### **Личностные:**

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

### **Метапредметные:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;
- формирование духовно-нравственных качеств учащихся для снижения опасности быть вовлеченным в экстремистскую и террористическую деятельность.

### **Предметные:**

- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- 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;

- понимание необходимости обороны государства и подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курения и нанесения иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм, и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновения опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки.

### **Содержание учебной предмета**

#### **Модуль I. Безопасность человека в опасных ситуациях**

##### **Раздел I. Основы комплексной безопасности**

##### **Тема 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека**

###### **- Безопасность в быту**

Особенности города (населенного пункта) как среды обитания человека. Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения. Возможные опасные и аварийные ситуации в жилище. Соблюдение мер безопасности в быту.

##### **Тема 2. Опасные ситуации техногенного характера**

###### **- Безопасность на дорогах**

Причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия. Организация дорожного движения. Правила Безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста. Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых ситуациях..

##### **Тема 3. Опасные ситуации природного характера**

###### **- Безопасность на водоёмах**

Особенности состояния водоёмов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Правила безопасного поведения на воде. Опасность водоёмов зимой. Меры предосторожности при движении по льду. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.

##### **Тема 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера**

- Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясение, наводнение, буря, ураган, сели, оползни, обвалы). Чрезвычайные ситуации техногенного характера

(радиационно опасные объекты, пожаровзрывоопасный объект, химически опасный объект)

### **Раздел 3. Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации**

#### **Тема 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение.**

- Опасные ситуации социального характера

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности на улице, дома, в общественном месте. Профилактика нападений и самозащита при нападении насильников и хулиганов. Самооценка поведения. Психологические приёмы самозащиты. Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде дома, лифте. Правила обеспечения сохранности личных вещей. Правила защиты от мошенников..

#### **Тема 6 . Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.**

Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения. Меры предосторожности при обнаружении взрывного устройства. Поведение человека при захвате его террористами в качестве заложника. Меры безопасности при освобождении заложников сотрудниками спецслужб. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

## **Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

### **Раздел II. Основы здорового образа жизни**

#### **Тема 7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни**

- Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни

Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.

Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия сохранения и укрепления здоровья. Рациональное питание. Роль питания в сохранении здоровья человека

- Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье

Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Табакокурение и его последствия для организма курящего и окружающих людей. Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Наркомания, токсикомания и другие вредные привычки.

## **Раздел III. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи**

#### **Тема 8. Первая медицинская помощь и правила её оказания**

- Оказание первой медицинской помощи

Медицинская (домашняя) аптечка. Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и ушибах. Перевязочные и лекарственные средства. Первая медицинская помощь при отравлениях газами, пищевыми продуктами, средствами бытовой химии, лекарствами

### Тематическое планирование

№ модуля раздела, темы	Наименование модулей, разделов, тем	Количество часов
М-1	<b>Основы безопасности личности, общества и государства</b>	22
Р-1	Основы комплексной безопасности	<b>15</b>
Тема 1	Человек, среда обитания, безопасность человека	5
Тема 2	Опасные ситуации техногенного характера	6
Тема 3	Опасные ситуации природного характера	2
Тема 4	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	2
Р-3	Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации	<b>7</b>
Тема 5	Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение	3
Тема 6	Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства	4
М-И	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>13</b>
Р- 4	Основы здорового образа жизни	<b>5</b>
Тема 6	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни	3
Тема 7	Факторы, разрушающие здоровье	2
Р-5	Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи.	<b>8</b>
Тема 8	Первая медицинская помощь и правила ее оказания	7
	Всего часов	34



### Календарно-тематический план.

№	Тема урока	Количество часов	Характеристика учебной деятельности (УУД)	Дата Проведения Занятия	
				По плану	Фактически
Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства					
Раздел. Безопасность человека в опасных ситуациях.					
Тема. Человек, среда его обитания, безопасность человека					
1	Инструктаж по ТБ. Город, как среда обитания		Анализируют инструкции. Объясняют необходимость соблюдения правил безопасности. Сравнивают особенности жизнеобеспечения городского и сельского жилища и возможные опасные и аварийные ситуации		
2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища		Анализируют инструкции пользователя электрических и электронных приборов. Различают предметы бытовой химии.		
3	Особенности природных условий в городе.		Объясняют значение слов «экологическая обстановка»		
4	Взаимоотношения людей , проживающих в городе, и безопасность.		Изучают рекомендации. Выполняют задание в тетради.		
5	Безопасность в повседневной жизни. Тест		Характеризуют наиболее эффективный способ предотвращения опасной ситуации. Учатся предвидеть опасности, уметь их избегать. Проверяют свои знания по теме.		
Тема. Опасные ситуации техногенного характера					
6	Дорожное движение, безопасность		Характеризуют причины дорожно-транспортных происшествий, организацию дорожного движения и правила безопасного		

	участников дорожного движения		поведения участников дорожного движения		
7	Пешеход. Безопасность пешехода		Запоминают правила безопасного поведения на дорогах.		
8	Пассажир. Безопасность пассажира. Водитель.		Запоминают правила безопасного поведения на дорогах. Решают ситуационные задачи.		
9	Пожарная безопасность		Анализируют причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях Характеризуют права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Запоминают правила безопасного поведения при пожаре		
10	Безопасное поведение в бытовых ситуациях		Запоминают правила безопасного поведения при в бытовых ситуациях. Анализируют ситуации, обосновывают свою точку зрения.		
11	<b>Контрольная работа:</b> «Опасные ситуации техногенного характера»		Проверяют свои знания по теме.		
<b>Тема.</b> Опасные ситуации природного характера					
12	Погодные явления и безопасность человека		Характеризую основные опасные погодные условия в местах своего проживания и их последствия. Различают меры безопасного поведения в условиях погодных явлений.		
13	Безопасность на водоемах. Тест		Различают состояние водоемов в различное время года. Объясняют правила поведения на водоемах. Применяют правила само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.		
<b>Тема:</b> Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера					



14	ЧС природного характера		Различают ЧС по причинам их возникновения. Анализируют правила своего возможного поведения в случае возникновения ЧС		
15	ЧС техногенного характера.		Различают ЧС по причинам их возникновения. Анализируют правила своего возможного поведения в случае возникновения ЧС. Изготавливают памятки с номерами телефонов.		
<b>Раздел:</b> Основы противодействия экстремизму и терроризму в РФ					
<b>Тема.</b> Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение					
16	Антиобщественное поведение и его опасность .		Характеризуют основные виды антиобщественного поведения и их последствия. Вырабатывают отрицательное отношение к любым видам антиобщественного поведения.		
17	Обеспечение личной безопасности дома. Обеспечение личной безопасности на улице.		Распознают признаки возникновения опасной ситуации дома. Составляют правила собственного безопасного поведения дома. Распознают признаки возникновения опасной ситуации на улице. Составляют правила собственного безопасного поведения на улице		
18	<b>Контрольная работа</b> «Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение»		Проверяют свои знания по теме.		
<b>Тема:</b> Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.					
19	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины		Объясняют общие понятия об экстремизме и о терроризме и причины их возникновения.		

	их возникновения				
20	Виды экстремистской и террористической деятельности		Характеризуют основные виды террористической деятельности		
21	Виды террористических актов и их последствия		Формулируют свои правила поведения в повседневной жизни, чтобы не стать правонарушителями и записывают их в тетрадь. Составляют план действий при угрозе возникновения теракта и при теракте.		
22	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности		Характеризуют ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение. Анализируют ситуацию.		
М	<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>				
<b>Раздел. Основы здорового образа жизни</b>					
<b>Тема. Возрастные особенности развития человека и ЗОЖ</b>					
23	О здоровом образе жизни		Объясняют основные положения о здоровом образе жизни.		
24	Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья		Распознают виды двигательной активности и закаливания. Анализируют результаты физической нагрузки и закаливания.		
25	Рациональное питание. Гигиена питания.		Характеризуют сущность рационального питания. Сравнивают свой режим дня в рабочий и выходной день		

<b>Тема: Факторы, разрушающие здоровье</b>					
26	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.		Объясняют пагубность влияния вредных привычек на здоровье школьника, его умственные и физические способности..		
27	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек (практическое занятие)		Вырабатывают отрицательное отношение к курению и употреблению алкоголя.		
<b>Раздел. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b>					
<b>Тема: Первая помощь и правила ее оказания</b>					
28	Первая медицинская помощь при различных видах повреждений.		Характеризуют предназначение и общие правила оказания первой медицинской помощи.		
29	Первая медицинская помощь при различных видах повреждений.		Характеризуют предназначение и общие правила оказания первой медицинской помощи.		
30	Оказание ПМП при ушибах, ссадинах.		Вырабатывают практические навыки по оказанию ПМП при ушибах и ссадинах.		
31	Оказание ПМП при ушибах, ссадинах. (практическое занятие)		Вырабатывают практические навыки по оказанию ПМП при ушибах и ссадинах.		
32	Оказание ПМП при ушибах, ссадинах.		Вырабатывают практические навыки по оказанию ПМП при ушибах и ссадинах.		

	(практическое занятие)				
33	ПМП при отравлениях		Вырабатывают практические навыки по оказанию ПМП при отравлениях никотином и угарным газом		
34	ПМП при отравлениях (практическое занятие)		Вырабатывают практические навыки по оказанию ПМП при отравлениях никотином и угарным газом		
35	Заключительный урок				