Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №32 имени 177 истребительного авиационного московского полка»

Г.о. Подольск



**Рабочая программа**

**по основам безопасности жизнедеятельности 5 класс**

Учебных недель: 34

Количество часов в неделю: 1

Количество часов в год: 34

Составитель:

Учитель ОБЖ

Кулибаба Андрей Алексеевич

2020- 2021 учебный год

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Содержание**  |  |
|  | Основные цели и задачи изучения предмета в 5 классе | 3 |
|  | Планируемые результаты освоения учебного предмета основы безопасности жизнедеятельности (ОБЖ) в 5 классе | 4 |
|  | Содержание учебного предмета основы безопасности жизнедеятельности (ОБЖ) в 5 классе | 5 |
|  | Тематическое планирование  | 6 |
|  | Календарно-тематическое планирование  | 6 |
|  | Методическое и материально-техническое обеспечение  | 8 |

**Пояснительная записка**

 Рабочая программа отражает один из возможных вариантов реализации федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования по предметной области «Основы безопасности жизнедеятельности». Составлена на основании программы авторского коллектива в составе Н.Ф. Виноградовой, Д.В.Смирнов, Л.В.Сидоренко, А.Б.Таранина. Структура и содержание рабочей программы соответствуют требованиям федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (2010г.)

**УМК:**

1. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-6 классы: учебник/Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В. Сидоренко, А.Б. Таранин -4-е изд., перераб.- М.: Вентана- Граф,2019.-157с:ил.- (Российский учебник).
2. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-6 классы: программа/Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В. Сидоренко, А.Б. Таранин .- М.: Вентана- Граф,2016.- 40с.
3. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-6 классы: методическое пособие/Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В. Сидоренко, А.Б. Таранин .- М.: Вентана- Граф,2016.- 48с.

**Общая характеристика курса «Основы безопасности жизнедеятельности».**

Предлагаемый авторский курс соответствует предметной области, введённой в стандарт второго поколения (2010г.) Его изучение направлено на реализацию воспитательно – образовательной **цели:** расширение знаний и формирование умений младших подростков по организации здорового образа жизни, правильного поведения в различных неординарных и чрезвычайных ситуациях.

Основными **задачами** изучения данной предметной области являются следующие:

* осознание необходимости знания правил поведения в необычных, нестандартных и чрезвычайных ситуациях, овладения умением ориентироваться в них;
* воспитание способности к восприятию и оценке жизненных ситуаций, таящих в себе опасность, и приобретение опыта их преодоления;
* формирование представлений о причинах возникновения опасных ситуаций, правилах безопасного поведения в них;
* воспитание самоконтроля и самооценки поведения в опасных для здоровья и жизни ситуациях, развитие умения предвидеть последствия своего поведения.

Практическая направленность курса обеспечивает формирование конкретных умений в процессе практических занятий.

Программное содержание курса представлено по линейно-концентрическому принципу, то есть развёртывается последовательно, постепенно усложняясь и расширяясь. В каждой теме обязательно выполняются практические занятия и осуществляется проектная деятельность.

**Место курса в базисном учебном плане.**

В соответствие с учебным планом предмет изучается в 5 классах по одному часу в неделю: 34 часа в 5 классе.

**Планируемые результаты освоения учебного предмета в 5 классе**

***Личностными результатами*** обучения в 5-х классах являются***:***

 - осознание важности здорового образа жизни;

 - соблюдение правил здорового образа жизни;

 - соблюдение правил безопасности в быту, в школе, на прогулках;

- способность оценивать своё поведение в разных жизненных ситуациях с точки зрения безопасности;

- способность предвидеть опасные ситуации и избегать их;

- быть готовыми к преодолению опасных ситуаций в случае их неизбежности

***Метапредметные результаты*** обучения представлены универсальными учебными действиями**:**

- анализом ситуаций, влияющих положительно и отрицательно на самочувствие и здоровье человека;

 - сравнением примеров опасного и безопасного поведения;

 - планированием и организацией своей жизни и деятельности с учётом безопасности;

 - обобщением изученного материала, формулированием выводов о возможных причинах возникновения опасных ситуаций.

Регулятивные УУД:

* определять и формулировать цель деятельности на уроке.
* проговаривать последовательность действий на уроке.

Средством формирования этих действий служит технология проблемного диалога на этапе изучения нового материала.

Познавательные УУД:

* Ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя.

Коммуникативные УУД:

* доносить свою позицию до других: оформлять ее в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
* слушать и понимать речь других;
* читать и пересказывать текст.

**Предметные результаты** обучения нацелены на решение прежде всего образовательных задач:

* расширение знаний о здоровом образе жизни, ситуациях, которые нарушают его, и причинах их возникновения;
* использование полученных знаний в учебных ситуациях, применение знаний для прогнозирования и оценки поведения;
* расширение кругозора и культурного опыта школьника, формирование умения воспринимать мир не только рационально, но и образно.

**Содержание учебного предмета (34часа)**

**Введение -1ч**

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности

жизнедеятельности». Основные правила безопасности жизнедеятельности.

**Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя –19 ч.**

*Особенности организма человека.* Организм человека как единое целое. Функции разных систем органов тела. По­чему нужно знать свой организм. Укрепление нервной систе­мы, тренировка сердца, дыхательной системы. Принципы ра­ционального питания. Первая помощь при отравлении и пи­щевой аллергии.

*Здоровье органов чувств.* Охрана органов чувств. Пер­вая помощь при попадании в глаз инородного тела.

*Как вести здоровый образ жизни.* Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье. Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные от­сутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши).

*Движение* — *это жизнь.* Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.

*Закаливание как условие сохранения и укрепления здо­ровья.* Правила закаливания младшего подростка.

*Компьютер и здоровье.* Правила безопасного пользова­ния компьютером. Виды занятий, снимающих утомление.

**Мой безопасный дом – 4 ч.**

*Безопасный дом.* Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры и мытья посуды. Животные и насекомые, распространяющие инфекцию (мыши, тараканы, клопы). Техника безопасности в доме. Первая по­мощь при ушибах, отравлении химическими веществами (па­рами клея, краски, газом) и поражении электрическим током.

**Школьная жизнь- 10 ч.**

*Выбор пути: безопасная дорога в школу.* Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения. Дорожное движение в населённом пункте и за городом. Безопасная до­рога. Выбор безопасного пути в школу. Правила поведения на дорогах и улицах. Оценка пешеходом дорожной ситуации. «Дорожные ловушки» — способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций. Школьник как пассажир. Прави­ла поведения пассажира в разных видах транспорта.

*Правила поведения в школе.* Общие правила поведения в школьном помещении и во дворе школы. Поведение на за­нятиях, переменах, во время передвижения по школе, в сто­ловой. Может ли общение привести к беде. Первая помощь при сотрясении мозга, ушибах и кровотечении. Помощь забо­левшему ребёнку.

Ориентирование в школьных помещениях. Меры преду­преждения пожаров, правила эвакуации при пожаре. По­мощь при отравлении угарным газом и при ожогах.

**Практические работы**

Измерение пульса, проверка выносливости; тренировка дыхательной системы; проверка степени загрязнения воды; анализ режима питания; овладение приёмами тренировки глаз; проверка уровня физической подготовки учащегося; со­ставление программы закаливания; освоение правил пользо­вания компьютером; выбор безопасного маршрута от дома до школы; оценка дорожной обстановки; освоение правил до­рожного движения; выбор правильного решения в конфликт­ной ситуации; эвакуация из здания школы; действия при по­жаре в школе.

**Проектная деятельность по темам:**

- «Слух человека и животных. Сравнительная характеристика»;

- «Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его?»

**Тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п  | Наименование модулей, разделов, тем | Количество часов | Из нихпрактич.работ | Из них проектов |
| **1** | **Введение** | **1** | **-** | **-** |
| ***2*** | **Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя** | **19** | ***8*** | ***1*** |
| ***3*** | **Мой безопасный дом** | **4** | ***-*** | ***-*** |
| 4 | **Школьная жизнь** | **10** | **7** | **-** |
|  | Всего часов | **34** | **15** | **1** |

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № урока | Тема урока | Дата |
| Планируемая | Фактически |
|  | Тема №1. «Введение» |  02.09-06.09 |   |
|  | **Раздел 1. Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя** |  |  |
|  | Тема №2 «За что «отвечают» системы органов» | 09.09-13.09 |  |
|  | Тема №3 «За что «отвечают» системы органов» | 16.09-20.09 |  |
|  | Тема №4 «Как укрепить нервную систему» | 23.09-27.09 |  |
|  | Тема №5 «Как можно тренировать сердце» | 30.09-04.10 |  |
|  | Тема №6 « Упражняем дыхательную систему» | 07.10-11.10 |  |
|  | Тема№7 « Питаемся правильно»  | 14.10-18.10 |  |
|  | Тема №8 «Питаемся правильно» | 21.10-25.10 |  |
|  | Тема №9 « Здоровье органов чувств» | 04.11-08.11 |  |
|  | Тема №10 « Здоровье органов чувств» | 11.11-15.11 |  |
|  | Тема №11 «Проектная деятельность» | 18.11-22.11 |  |
|  | Тема №12 «Проектная деятельность» | 25.11- 29.11 |  |
|  | Тема №13 «Здоровый образ жизни» | 02.12-06.12 |  |
|  | Тема №14 «Чистота – залог здоровья» | 09.12-13.12 |  |
|  | Тема №15 «Чистота – залог здоровья» | 16.12-20.12 |  |
|  | Тема №16 « Движение – это жизнь» | 23.12-27.12 |  |
|  | Тема №17 « Закаливание» | 13.01-17.01 |  |
|  | Тема №18 « Подросток и компьютер» | 20.01-24.01 |  |
|  | Тема №19 « Повторение и обобщение пройденного» | 27.01-31.01 |  |
|  | **Раздел 2. Мой безопасный дом** |  |  |
| 20. | Тема №20 «Мой безопасный дом» | 03.02-07.02 |  |
| 21. | Тема №21 «Мой безопасный дом» | 10.02-14.02 |  |
| 22. | Тема №22« Техника безопасности в доме» | 17.02-21.02 |  |
| 23. | Тема №23«Техника безопасности в доме» | 24.02-28.02 |  |
|  | **Раздел 3. Школьная жизнь** |  |  |
| 24. | Тема №24 « Дорога в школу и обратно» | 03.03-07.03 |  |
| 25. | Тема №25 «Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения» | 10.03-14.03 |  |
| 26. | Тема №26 «Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения» | 17.03-21.03 |  |
| 27. | Тема №27 «Безопасная дорога» | 30.03-04.04 |  |
| 28. | Тема №28 «Безопасная дорога» | 07.04-11.04 |  |
| 29. | Тема №29 «Школьник как пассажир» | 14.04-18.04 |  |
| 30. | Тема №30 «Общие правила школьной жизни» | 21.04-25.04 |  |
| 31. | Тема №31 « Правила поведения в школе» | 28.04-02.05 |  |
| 32. | Тема №32 « Правила поведения в школе» | 05.05-09.05 |  |
| 33. | Тема №33 «Если в школе пожар…» | 12.05-16.05 |  |
| 34. | Тема №34 «Если в школе пожар…» Практическая работа: « Эвакуация из здания школы» | 19.05-23.05 |  |
|  | Всего часов  | 34 |  |

**Материально-техническое обеспечение**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Наименование модуля | Состав и предназначение оборудования,входящего в модуль | Количественный состав автоматизированного рабочего места |
| педагога | обучаю-щихся |
| 1 | ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ |
| Специализированный программно-аппаратный комплекс педагога (СПАК) | Компьютер SAMSUNG (системный блок,  | 1 шт |  |
| монитор, клавиатура) | 1 шт |  |
| Акустическая система IHOO МТВ5-1 | 1 шт |  |
| Проекционная установка BENQ | 1 шт |  |
| Интерактивная доска Sereen Media | 1 шт |  |
| Многофункциональное устройство PanasonicKX-MB2000 | 1 шт |  |
| 2 | **МАКЕТЫ КАБИНЕТА**  |
| ГОЧС | Фильтрующий противогаз (в разрезе) | 1 шт |  |
| Средства защиты органов дыхания противогаз | 20 шт |  |
| 3. | ВИДЕОТЕКА КАБИНЕТА |
| ГОЧС | POJAR DIVX ПОЖАР Владивосток | 97,2 МБ |  |
| 01-СЛУЖБА СПАСЕНИЯ пожар | 97,8 МБ |  |
| ПОЖАР В ШКОЛЕ | 186 МБ |  |
| Детская шалость с огнем  | 60,8 МБ |  |
| Детская шалость с огнем | 9,50 МБ |  |
| Елочные украшения | 1,77 МБ |  |
| Лесной пожар | 2,60 МБ |  |
| Меры безопасности в новогодние праздники | 90,2 МБ |  |
| ОГНЕТУШИТЕЛЬ как им пользоваться УРОК 40.00 | 29,1 МБ |  |
| Огонь | 320 МБ |  |
| Опасные забавы | 1,91 МБ |  |
| Пожар в доме 00.20 | 1,10 МБ |  |
| Пожар в доме 00.40 | 2,61 МБ |  |
| Пожарная эвакуация | 40,3 МБ |  |
| Правила пользования электричеством | 73,8 МБ |  |
| При пожаре 06.06 | 70,9 МБ |  |
| Профессия пожарный | 1,08 МБ |  |
| Сборник фильмов по противопожарке | 334 МБ |  |
| ГО и ЧС Защита населения от ЧС | 763 МБ |  |
| ГО и ЧС | 423 МБ |  |
| Забота о бушующем | 75,8 МБ |  |
| Защита населения от ЧС | 763 МБ |  |
| Культура безопасности | 11,0 МБ |  |
| Основные причины техногенных аварии | 6,69 МБ |  |
| При землетрясении | 2,71 М |  |
| Системы оповещения ГО | 22,9 МБ |  |
| ГИБДД | VTS\_07\_1 ДОРОЖНАЯ СКАЗКА | 109 МБ |  |
| бдд ВНИМАНИЕ-ДЕТИ 12минут | 500 МБ |  |
| Туфелька. 07.00 |  |  |
| VTS\_14\_1 ПЕРЕХОД УЛИЦЫ | 11,6 МБ |  |
| VTS\_15\_1 СИГНАЛЫ АВТОТРАНСПОРТА | 19,3 МБ |  |
| на родительское собрание по скутерам 4 рота | 36,9 МБ |  |
| Поведение на дороге | 2,75 МБ |  |
| Правила безопасности в городе 6.00 | 70,8 МБ |  |
| Фильм скутера | 53,7 МБ |  |
| ЛЕД И ВОДА | На воде | 183 МБ |  |
| На льду | 2,34 МБ |  |
| Опасность на льду 09.00 | 64,8 МБ |  |
| Урок 14 Опасность на льду 09.00 | 64,8 МБ |  |
| Урок 14. Меры безопасности льду | 62,0 МБ |  |
| Урок 14. На льду 00.32 | 2,34 МБ |  |
| ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ |  |  |
| КЛИНИЧЕСКАЯ СМЕРТЬ | 17,0 МБ |  |
| ОЖОГИ.VOB | 15,6 МБ |  |
| Оказание первой доврачебной помощи | 783 МБ |  |
| Шутка. Мистер Bean.mpg | 78,1 МБ |  |
| Укусы животных и насекомых | 323 МБ |  |
| Урок 13. Приемы реанимации 9 класс, 11 класс | 793 МБ |  |
| При утоплении | 378 МБ |  |
| При утоплении 2 | 266 МБ |  |
| ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ |  |  |
| Урок 14, 15. Конвейер смерти. Никотин | 531 МБ |  |
| ТРАНСПОРТ | Безопасность на дороге | 401 КБ |  |
| Железнодорожный транспорт жд | 397 МБ |  |
| **Итого:** | 48,2 ГБ |  |
| 4. | **БИБЛИОТЕКА КАБИНЕТА** |
| Законодательные документы | Конституция Российской Федерации |  |  |
| «Об образовании», «О противодействии терроризму». |  | 1 |
| Текст военной присяги |  | 2 |
| Концепция национальной безопасности Российской  |  | 1 |
| Правила дорожного движения РФ. |  | 2 |
| Выписки из УК РФ |  | 1 |
| Семейный кодекс Российской Федерации |  | 1 |
| Методические пособия | Смирнов А. Т., Хренников Б. О. Основы безопасности жизнедеятельности. Комплексная программа 5-11 классы. — 2-е изд. — М.: Просвещение, 2010. |  |  |
| Смирнов А. Т., Хренников Б. О. Основы безопасности жизнедеятельности. Поурочные разработки 5-6 классы. — М.: Просвещение, 2012. |  |  |
| Шевченко Г. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. Поурочные планы 5 класс. — Волгоград.: Учитель, 2012. |  |  |
| Смирнов А. Т., Хренников Б. О., Маслов М. В. Основы безопасности жизнедеятельности. Сборник ситуативных задач 10-11 классы. — М.: Просвещение, 2010. |  |  |
| Жучков А.В. Основы поведения и меры безопасности людей на воде. Подольск, 1996 |  |  |
| Дидактический материал | Смирнов А. Т., Хренников Б. О., Маслов М. В. Основы безопасности жизнедеятельности. Тестовый контроль 5-6 классы. — М.: Просвещение, 2010. |  |  |
| В.А.Шкенев Поурочные разработки 10 класс по учебнику Основы безопасности жизнедеятельности Смирнов А. Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Волгоград.: Учитель, 2012. |  |  |
| Разработки уроков 5,6,7,8,10,11 классов План урока (MicrosoftWord), Презентация урока (MicrosoftPowerPoint). |  |  |
| Учебные пособия | Смирнов А. Т., Хренников Б. О. Основы безопасности жизнедеятельности: Учеб. для 5 кл. — 4-е изд. — М.: Просвещение, 2007. |  |  |
| А.Л.Рыбин, М.В.Маслов Дорожное движение. Безопасность пешеходов, пассажиров, водителей. 5-9 классы. Просвещение, 2008. |  |  |
| А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: Учеб. для учащихся 10—11 кл. общеобразоват. учреждений Просвещение, 2008. |  |  |
| Дополнительная литература | Терроризм. Это должен знать каждый: рекомендации, разработанные Службой по борьбе с терроризмом Управления ФСБ России / Под ред. А. А. Кокорева. — М.: Изограф, 2000. |  |  |
| И. Журавлев, А. Шлыков Личная безопасность. — Смоленск.: Русич, 1997. |  |  |
| Ильичев А.А. Большая энциклопедия выживания в экстремальных ситуациях. – ЭКСМО-ПРЕСС, М. 1999. |  |  |
| Ильичев А.А. Большая энциклопедия выживания в экстремальных ситуациях. – ЭКСМО-ПРЕСС, М. 200. |  |  |
| Советская военная энциклопедия. Воениздат, М. 1976. |  |  |
| Н.В. Надеев. Книга охотника. Зап-СибИздат, 1956. |  |  |
| Наука выживать Учебное пособие содружества ветеранов специальных подразделений. М.2010. |  |  |
| Безопасности России. Правовые, социально-экономические и научно-технические аспекты. –Знание, М.1999. |  |  |
| Байер К., Шейнберг Л. Здоровый образ жизни / Пер. с англ. – М.: Мир,1997. |  |  |
| Большой энциклопедический словарь. — М.: Научное издательство «Большая Российская энциклопедия». — СПб.:Норинт, 1997. |  |  |
| Петров С. В., Бубнов В. Г. Первая помощь в экстремальных ситуациях. |  |  |
| 5  | **ПЛАКАТЫ КАБИНЕТА** |
| Военно-патриотическое направление | Флаг, герб, гимн РФ | 1 |  |
| Портреты воинских начальников России | 8 |  |
| Военная подготовка | Дни воинской славы РФ | 1 |  |
| Вооруженные Силы РФ(структура) | 1 |  |
| Гражданская оборона | Уголок по гражданской обороне | 1 |  |
| Средства коллективной защиты |  |  |
| Средства индивидуальной защиты |  |  |
| Порядок и правила эвакуации |  |  |
| Пожарная безопасность | Пожарная безопасность | 2 |  |
| Безопасность дорожного движения | Безопасность дорожного движения | 1 |  |
| Безопасность поведения и на воде | Безопасность поведения и на воде | 1 |  |
| Антитеррористическая безопасность | Терроризм- угроза миру | 1 |  |
| Школа выживания | Первая помощь. Оказание взаимопомощи. |  |  |
| Первая помощь. Оказание самопомощи. |  |  |
| Способы разведения костров и их типы | 1 |  |
| Оборудование укрытий. Экипировка | 1 |  |
| Ориентирование на местности | Ориентирование на местности без карты. Движение по азимуту. Изображение рельефа местности | 1 |  |
| Здоровый образ жизни  | Здоровый образ жизни | 1 |  |