

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования Кировской области

КОГОВУ "Лицей г. Советска"

**РАССМОТРЕНО**

методическим объединением  
учителей-предметников учителей - предметников  
естественнонаучного цикла, физической культуры  
и ОБЖ

\_\_\_\_\_  
Олюнина Т.В.  
Протокол №1 от "28" августа 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор КОГОВУ «Лицей г.Советска»

\_\_\_\_\_  
Чистополова О.Н.  
Приказ №84 от "29" августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебного курса

«Основы безопасности жизнедеятельности»  
для 5 класса основного общего образования  
на 2023-2024 учебный год

Составитель:  
Шихалев Андрей Алексеевич,  
учитель ОБЖ

г.Советск  
2023

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

В условиях современного исторического процесса ведущей глобальной проблемой является обеспечение безопасности личности, общества и государства. В этой связи обучение российских школьников основам безопасности жизнедеятельности (далее — ОБЖ) является важным и принципиальным достижением как для отечественного, так и для мирового образовательного сообщества.

Целью изучения учебного курса ОБЖ на уровне основного общего образования является формирование у обучающихся базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства.

При разработке учебного курса учитывались основные положения следующих государственных документов (в последних редакциях):

- Конституции Российской Федерации;
- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона «О гражданской обороне»;
- Федерального закона «О радиационной безопасности населения»;
- Федерального закона «О пожарной безопасности»;
- Федерального закона «О безопасности дорожного движения»;
- Федерального закона «О противодействии терроризму»;
- Семейного кодекса Российской Федерации;
- Уголовного кодекса Российской Федерации;
- Правил дорожного движения Российской Федерации;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации;
- Федерального государственного стандарта основного общего образования;
- Концепции преподавания основ безопасности жизнедеятельности.

Учебный курс обеспечивает:

ясное понимание обучающимися современных проблем безопасности и формирование у подрастающего поколения базового уровня культуры безопасного поведения; прочное усвоение обучающимися минимума основных ключевых понятий, обеспечивающих преемственность изучения основ комплексной безопасности личности на следующем уровне образования; возможность выработки и закрепления у обучающихся умений и навыков, необходимых для последующей жизни;

выработку практико-ориентированных компетенций, соответствующих потребностям современности;

реализацию оптимального баланса межпредметных связей, способствующих формированию практических умений и навыков, и их разумное взаимодополнение.

В учебном курсе содержание предмета ОБЖ структурно представлено модулями (тематическими линиями), обеспечивающими непрерывность изучения предмета на уровне основного общего образования и преемственность учебного процесса на уровне среднего общего образования:

**модуль «Введение»;**

**модуль «Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя»;**

**модуль «Мой безопасный дом»;**

**модуль «Школьная жизнь»;**

В целях обеспечения системного подхода в изучении предмета ОБЖ на уровне основного общего образования учебный курс предполагает внедрение универсальной структурно-логической схемы изучения учебных модулей (тематических линий) в парадигме безопасной жизнедеятельности:

«предвидеть опасность □ по возможности ее избежать □ при необходимости действовать».

Учебный материал систематизирован по сферам возможных проявлений рисков и опасностей: помещения и бытовые условия; улица и общественные места; природные условия; коммуникационные связи и каналы; объекты и учреждения культуры. Учебным курсом предусматривается использование практико-ориентированных интерактивных форм организации

учебных занятий с возможностью применения тренажерных систем и виртуальных моделей. При этом использование электронной образовательной среды на учебных занятиях должно быть разумным — компьютер и дистанционные образовательные технологии не способны полностью заменить педагога и практические действия обучающихся.

1. Основы безопасности жизнедеятельности : 5 - 9 классы : программа / под ред. Н.Ф. Виноградовой. - Москва : Вентана - Граф, 2019 .

2. Виноградова Н.Ф. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-6 классы: учебник / Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко и др. — 5-е издание, стереотипное — М.: Вентана - Граф, 2019 год.

3. Виноградова Н.Ф. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-6 классы: методическое пособие / Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко и др. — 3-е издание, испр. и дораб. — М.: Вентана - Граф, 2019 год..

## **ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО КУРСА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ». 5 КЛАССЫ**

Учебный курс «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначен для формирования личных и социально значимых качеств учащихся, направленных на повышение уровня защищённости жизненно важных интересов личности, общества, государства от внешних и внутренних угроз, в том числе от отрицательного влияния человеческого фактора на общественную безопасность.

Изучение предмета способствует формированию у обучающихся в 5 классах основ индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, необходимой человеку для жизни в условиях техногенной, природной, социальной и информационной сфер деятельности на современном этапе. В процессе освоения предмета обучающиеся приобретут необходимые знания, умения, навыки и сформируют компетенции для обеспечения безопасной жизнедеятельности в обществе в условиях современного мира, в том числе с учётом региональных особенностей.

Учитывая требования Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и положения Концепции преподавания основ безопасности жизнедеятельности, в ходе преподавания предмета целесообразно использовать сочетание новых и традиционных подходов к изучению вопросов комплексной безопасности личности, общества и государства в различных сферах, в том числе в социальной среде: противодействие вовлечению в деструктивные молодёжные сообщества, обеспечение информационной безопасности, а также защита прав потребителей и др. Особое внимание уделяется антиэкстремистской и антитеррористической безопасности, а также общегосударственной системе защиты личности, общества, государства от террористических угроз.

Обучение по учебному курсу будет способствовать выработке у учащихся умений распознавать угрозы, нейтрализовать конфликтные ситуации, решать сложные вопросы социального характера, грамотно вести себя при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

**Основная цель предмета** — научить подростков предвидеть опасность, по возможности её избегать, при необходимости действовать со знанием дела.

Достижение планируемых результатов реализуется путём решения ряда учебных задач, которые определяют общие направления формирования содержания предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в рамках отдельных положений стратегических национальных приоритетов, определённых Стратегией национальной безопасности Российской Федерации: сбережение народа России и развитие человеческого потенциала; оборона страны; государственная и общественная безопасность; информационная безопасность; экономическая безопасность; научно-технологическое развитие; экологическая безопасность и рациональное природопользование; защита традиционных российских духовно-нравственных ценностей, культуры и исторической памяти; стратегическая стабильность и взаимовыгодное международное сотрудничество.

В ходе освоения содержания предмета обучающиеся сформируют индивидуальные социальные качества, компетентности, что окажет важное влияние на их подготовку к самостоятельной жизнедеятельности в современном обществе в реальных условиях окружающего мира.

## **ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

**Цель изучения учебного предмета ОБЖ на уровне основного общего образования:**

- научить подростков предвидеть опасность, по возможности ее избегать, при необходимости действовать со знанием дела;
- сформировать у них культуру безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:
- формирование активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного безопасного поведения в интересах безопасности личности, общества и государства;
- знание и понимание роли государства и общества в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

## **МЕСТО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Изучение учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» планируется в 5 классах (всего 34 часа). В целях обеспечения индивидуальных потребностей обучающихся в формировании культуры безопасности жизнедеятельности на основе расширения знаний и умений, углубленного понимания значимости безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций для личности, общества и государства предмет изучается в 5 классах из расчета 1 час в неделю за счет использования части учебного плана, формируемого участниками образовательных отношений.

## **СОДЕРЖАНИЕ**

**Содержание учебного курса ОБЖ для 5 класса содержит следующие разделы:**

### **Введение**

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».

### **Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя**

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**

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**

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 кровотечениях. Помощь заболевшему ребёнку.

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

### **Итоговый тест за курс ОБЖ 5 класса**

#### **Формы организации учебного процесса**

- урок-лекция;
- урок-беседа;
- урок-экскурсия;
- киноурок;
- урок самостоятельной работы;
- практические занятия;
- уроки с разнообразными видами заданий.

#### **Основные виды учебной деятельности**

- Соблюдать «Правила личной гигиены»
- выбор безопасного маршрута от дома до школы.
- анализ и характеристика дорожных знаков.
- Соблюдать «Правила поведения в школе»
- Соблюдать правила безопасного обращения с качелями, с велосипедом.
- Уметь ориентироваться на местности
- сбор снаряжения к походу; определение режима дня; режима питания и меню.

#### **Тематическое планирование материала в 5 классе**

№ п/п	Тема	Кол-во час
1	Введение	1
2	Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя	19
3	Мой безопасный дом	4
4	Школьная жизнь	10
итого		34

#### **Планируемые результаты изучения курса**

Учебный курс четко ориентирован на выполнение требований, устанавливаемых ФГОС к результатам освоения основной образовательной программы (личностные, метапредметные и предметные), которые должны демонстрировать обучающиеся по завершении обучения в основной школе.

#### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Личностные результаты достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными

ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения. Способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности и проявляются в индивидуальных социально значимых качествах, которые выражаются прежде всего в готовности обучающихся к саморазвитию, самостоятельности, инициативе и личностному самоопределению; осмысленному ведению здорового и безопасного образа жизни и соблюдению правил экологического поведения; к целенаправленной социально значимой деятельности; принятию внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, к окружающим людям и к жизни в целом.

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения учебного курса ОБЖ, должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на ее основе.

**1. Патриотическое воспитание:**

осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране.

**2. Гражданское воспитание:**

готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; представление о способах противодействия коррупции; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении; готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней).

**3. Духовно-нравственное воспитание:**

ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать свое поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учетом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства.

**4. Эстетическое воспитание:**

формирование гармоничной личности, формирование способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни; понимание взаимозависимости счастливого юношества и безопасного личного поведения в повседневной жизни.

**5. Ценности научного познания:**

ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой; овладение языковой и читательской культурой как средством познания мира; овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия.

**6. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:**

осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим

занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

умение принимать себя и других, не осуждая;

умение осознавать свое эмоциональное состояние и эмоциональное состояние других людей, умение управлять собственным эмоциональным состоянием;

сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

#### **7. Трудовое воспитание:**

установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания; осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого; готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учетом личных и общественных интересов и потребностей.

#### **8. Экологическое воспитание:**

ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности экологической направленности.

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Метапредметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся межпредметных понятий (используются результаты освоения учебного курса основного общего образования) и должны отражать:

овладение универсальными учебными познавательными действиями.

#### ***Базовые логические действия:***

выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);

устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;

с учетом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях; предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;

выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;

выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов; делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;

самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учетом самостоятельно выделенных критериев).

#### ***Базовые исследовательские действия:***

использовать вопросы как исследовательский инструмент познания;

формулировать вопросы, фиксирующие разрыв между реальным и желательным состоянием ситуации, объекта, самостоятельно устанавливать искомое и данное;  
формировать гипотезу об истинности собственных суждений и суждений других, аргументировать свою позицию, мнение;  
проводить по самостоятельно составленному плану опыт, несложный эксперимент, небольшое исследование по установлению особенностей объекта изучения, причинно-следственных связей и зависимостей объектов между собой;  
оценивать на применимость и достоверность информации, полученной в ходе исследования (эксперимента);  
самостоятельно формулировать обобщения и выводы по результатам проведенного наблюдения, опыта, исследования, владеть инструментами оценки достоверности полученных выводов и обобщений;  
прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, а также выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

#### ***Работа с информацией:***

применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учетом предложенной учебной задачи и заданных критериев;  
выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;  
находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;  
самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;  
оценивать надежность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;  
эффективно запоминать и систематизировать информацию. Овладение системой универсальных учебных познавательных действий обеспечивает сформированность когнитивных навыков у обучающихся.

Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями.

#### ***Общение:***

воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения;  
выражать себя (свою точку зрения) в устных и письменных текстах;  
распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков, знать и распознавать предпосылки конфликтных ситуаций и смягчать конфликты, вести переговоры;  
понимать намерения других, проявлять уважительное отношение к собеседнику и в корректной форме формулировать свои возражения;  
в ходе диалога и (или) дискуссии задавать вопросы по существу обсуждаемой темы и высказывать идеи, нацеленные на решение задачи и поддержание благожелательности общения;  
сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;  
публично представлять результаты выполненного опыта (эксперимента, исследования, проекта);  
самостоятельно выбирать формат выступления с учетом задач презентации и особенностей аудитории и в соответствии с ним составлять устные и письменные тексты с использованием иллюстративных материалов.

#### ***Совместная деятельность:***

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной проблемы, обосновывать необходимость применения групповых форм взаимодействия при решении поставленной задачи;  
принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению;  
распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы; уметь



обобщать мнения нескольких людей, проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;

планировать организацию совместной работы, определять свою роль (с учетом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнений, «мозговые штурмы» и иные); выполнять свою часть работы, достигать качественного результата по своему направлению и координировать свои действия с другими членами команды;

оценивать качество своего вклада в общий продукт по критериям, самостоятельно сформулированным участниками взаимодействия; сравнивать результаты с исходной задачей и вклад каждого члена команды в достижение результатов, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к представлению отчета перед группой.

Овладение системой универсальных учебных коммуникативных действий обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями.

#### ***Самоорганизация:***

выявлять проблемы для решения в жизненных и учебных ситуациях;

ориентироваться в различных подходах принятия решений (индивидуальное, принятие решения в группе, принятие решений группой);

самостоятельно составлять алгоритм решения задачи (или его часть), выбирать способ решения учебной задачи с учетом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений;

составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учетом получения новых знаний об изучаемом объекте;

делать выбор и принимать ответственность за решение.

#### ***Самоконтроль:***

владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии;

давать адекватную оценку ситуации и предлагать план ее изменения;

учитывать контекст и предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам;

объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретенному опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;

вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств, изменившихся ситуаций, установленных ошибок, возникших трудностей;

оценивать соответствие результата цели и условиям.

#### ***Эмоциональный интеллект:***

различать, называть и управлять собственными эмоциями и эмоциями других;

выявлять и анализировать причины эмоций;

ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого;

регулировать способ выражения эмоций.

#### ***Принятие себя и других:***

осознанно относиться к другому человеку, его мнению; признавать свое право на ошибку и такое же право другого; принимать себя и других, не осуждая;

открытость для себя и других;

осознавать невозможность контролировать все вокруг.

## **ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Предметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся основ культуры безопасности жизнедеятельности и проявляются в способности построения и следования модели индивидуального безопасного поведения и опыте ее применения в повседневной жизни.

Приобретаемый опыт проявляется в понимании существующих проблем безопасности и усвоении обучающимися минимума основных ключевых понятий, которые в дальнейшем будут использоваться без дополнительных разъяснений, в приобретении систематизированных знаний основ комплексной безопасности личности, общества и государства, индивидуальной системы здорового образа жизни, антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, овладении базовыми медицинскими знаниями и практическими умениями безопасного поведения в повседневной жизни.

***Предметные результаты по предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» должны обеспечивать:***

- 1) сформированность культуры безопасности жизнедеятельности на основе освоенных знаний и умений, системного и комплексного понимания значимости безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций для личности, общества и государства;
- 2) сформированность социально ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключающего употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесения иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;
- 3) сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства;
- 4) понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств;
- 5) сформированность чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга — защите Отечества;
- 6) знание и понимание роли государства и общества в решении задачи обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального (в том числе террористического) характера;
- 7) понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространенных видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды);
- 8) овладение знаниями и умениями применять меры и средства индивидуальной защиты, приемы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- 9) освоение основ медицинских знаний и владение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях;
- 10) умение оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учетом реальных условий и возможностей;
- 11) освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания;
- 12) овладение знаниями и умениями предупреждать опасные и чрезвычайные ситуации во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды).

Предлагается распределение предметных результатов, формируемых в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, сгруппировать по учебным модулям.

**Календарно-тематическое планирование**  
**5 класс. Основы безопасности жизнедеятельности (34 часа, 1 час в неделю)**

№п/п	№ урока	Наименование и темы урока	Ко-во часов	личностные	Содержание урока	предметные	Вид контроля, измерители	Д/З	Дата проведения	
										Факт
Основы комплексной безопасности (3ч.)										
1	1	Вводный урок. Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».	1	-уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни. -знать что означает ОБЖ К: Умение с достаточной полнотой выражать свои мысли,	Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни.	-понять . что изучает предмет основы безопасности жизнедеятельности				
2	2	Входной контроль по основам безопасности жизнедеятельности.  Чтобы сохранить здоровье нужно знать себя	1	-усвоение правил индивидуального безопасного поведения -знать системы жизнеобеспечения, -уметь действовать при возникновении опас-ной ситуации .	Формирование правил безопасного поведения в быту, угрожающих жизни и здоровью людей	-научиться понимать важные задачи изучения предмета. выявить проблемы в знаниях .				

3	3	Что такое здоровый образ жизни	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- добывать недостающую информацию с помощью вопросов</li> <li>-знать важность сохранения ЗОЖ</li> <li>-сравнивать здорового человека и страдающих различными недугами.</li> </ul>	Формирование ответственного, бережного отношения к окружающей среде	-учиться безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды.				
<b>Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя(9 ч)</b>										
4	4	Организм человека как единое целое	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>-знать значение двигательной активности.</li> <li>-самостоятельно найти информацию о пользе закаливания.</li> <li>-уметь систематически заниматься физической культурой</li> </ul>	Формирование понимания ценности здорового образа жизни	-значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека.				
5	5	Функции разных систем органов тела.	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>-изучить системы органов</li> <li>-формировать умение правильно и быстро определить системы органов.</li> <li>- знать почему нужно знать свой организм.</li> </ul>	Усвоение правил безопасного поведения в повседневной жизни, угрожающих жизни и здоровью людей. Почему нужно знать свой организм.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-научиться ориентироваться при чрезвычайных ситуациях;</li> <li>-использовать службы безопасности по мере необходимости, применять правила личной безопасности.</li> </ul>				

6	6	Укрепляем нервную систему.	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>-знать строение нервной системы человека.</li> <li>-обеспечить нормальную работу нервной.</li> <li>-изучить что "любит" нервная система.</li> </ul>	Овладение теоретическими знаниями о факторах влияющих на состояние нервной системы	-познакомить с понятием "нервная система"				
7	7	Тренируем сердце. Практическая работа № 1 по теме: Измеряем пульс.	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>-изучить - что такое сердце и его роль в жизнедеятельности организма.</li> <li>-уметь определять пульс.</li> <li>- изучить свою выносливость..</li> </ul>	Овладение теоретическими знаниями о тренированности сердца и практическим навыком измерения пульса	-изучить - что такое сердце и его роль в жизнедеятельности организма				
8	8	Упражняем дыхательную систему. Практическая работа №2: «Упражняем дыхательную систему (дыхательные упражнения)».	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>-знать что такое дыхательная система.</li> <li>-использовать умения для обеспечения личной безопасности.</li> <li>-изучить правила тренировки</li> </ul>	Овладение теоретическими знаниями о значении дыхательной системы и практическими навыками тренировки	-изучить правила бережного отношения к дыхательной системе.				

				дыхательной системы.	дыхательной системы					
9	9	Принципы рационального питания.	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>-знать понятие «рациональное» питание;</li> <li>-основные питательные вещества;</li> <li>-рацион питания человека.</li> <li>-соблюдать правила рационального питания.</li> <li>-уметь приводить примеры продуктов, содержащих: углеводы, жиры, белки, витамины.</li> </ul>	Овладение теоретическими знаниями о правильном питании	<ul style="list-style-type: none"> <li>-формировать знания об основных питательных веществах, о рационе питания;</li> <li>-развивать правила рационального питания.</li> </ul>				
10	10	Первая помощь при отравлении и пищевой аллергии.	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>-знать общие правила при отравлении и</li> <li>-уметь оказывать первую помощь.</li> </ul>	Первая помощь при отравлении и пищевой аллергии					
11	11	Охрана органов чувств.	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>-знать основные органы чувств.</li> <li>-уметь выполнять гимнастику для глаз.</li> <li>-сформировать представление о здоровье.</li> </ul>	Научиться оценивать состояние своего зрения. Научиться проводить гимнастику для глаз	<ul style="list-style-type: none"> <li>-изучить для чего нужна гимнастика для глаз.</li> </ul>				

12	12	Первая помощь при попадании в глаз инородного тела.	1	-уметь оказывать простейшую первую помощь при попадании в глаз инородного тела.	Научиться действовать при попадании в глаз соринки или инородного тела	-изучить оказание первой помощь при попадании в глаз инородного тела.				
<b>Как вести здоровый образ жизни (6ч.)</b>										
13	13	Факторы, влияющие на здоровье.	1	-знать определение – здоровый образ жизни. -уметь оценивать свои возможности (умственные и физические) при планировании любой работы. -формировать понимание о необходимости здорового образа жизни,	Факторы, влияющие на здоровье.	-формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;				

14	14	Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши).	1	-соблюдать правила личной гигиены. -знать особенности развития организма человека в подростковом возрасте -сформировать понимания ценности безопасного образа жизни	Овладение теоретическими знаниями о соблюдении правил личной гигиены	-познакомить с особенностями развития организма человека в подростковом возрасте				
15	15	Движение — это жизнь. Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.	1	-знать особенности развития организма человека в подростковом возрасте -сформировать понимания ценности безопасного образа жизни	Овладение теоретическими знаниями о пользе движений и физической культуры. Овладение практическими навыками по проверке уровня своей физической подготовки	-познакомить с особенностями развития организма человека в подростковом возрасте				
16	16	Закаливание как условие сохранения и укрепления здоровья.	1	-знать правила закаливания. -знать особенности развития организма человека в подростковом возрасте - сформировать	Овладение теоретическими знаниями о видах закаливания и практическими навыками по составлению программы	-знать правила закаливания.				



[illegible]

19	19	Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры и мытья посуды.	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>-знать общие понятия о чистоте.</li> <li>-характеризовать чистоту в доме</li> <li>-составить памятку о правилах мытья посуды.</li> </ul>	Овладение теоретическими знаниями о вредных для здоровья животных и насекомых, способах борьбы с ними. Формирование знаний о правильном мытье посуды	-сформировать представление о чистоте в доме.				
20	20	Техника безопасности в доме	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>-использовать приобретённые знания при эксплуатации бытовых электроприборов</li> <li>-выполнять учебное действие, используя условные знаки.</li> <li>-приходить к согласованному мнению в совместной деятельности.</li> </ul>	Проявлять бережное отношение к бытовым приборам; позитивное отношение к процессу знакомства с правилами эксплуатации бытовых электроприборов; осознание собственных достижений при освоении темы	-изучить правила техники безопасности при выполнении домашних дел.				
21	21	Первая помощь при ушибах	1		Овладение теоретическими знаниями по правилам безопасности в	-формирование установки на безопасный образ жизни и деятельности				

					быту					
<b>Школьная жизнь (13ч)</b>										
22	22	Выбор пути: безопасная дорога в школу.	1	-самостоятельно нарисовать безопасный маршрут движения в школу . -знать основные правила передвижения школьников.. -уметь соблюдать правила дорожного движения.	Овладение теоретическими знаниями и некоторыми практическими навыками поведения в ситуациях криминогенного характера на улице	-усвоение правил дорожного движения.				
23	23	Пешеходы и пассажиры - участники дорожного движения	1	-сформировать представление об организации дорожного движения. -формировать умение соблюдать правила дорожного движения. -изучить обязанности пешеходов и пассажиров	Знать обязанности пешехода и пассажира; сигналы, подаваемые регулировщиком. Уметь соблюдать правила дорожного движения	-усвоение правил дорожного движения.				

24	24	Оценка пешеходом дорожной ситуации.	1	-сформировать представление об организации дорожного движения. -формировать умение соблюдать правила дорожного движения. -изучить обязанности пешеходов и пассажиров	Научиться оценивать дорожную обстановку	-усвоение правил дорожного движения в различных ситуациях				
25	25	Дорожное движение в населённом пункте и за городом.	1	-сформировать представление об организации дорожного движения. -формировать умение соблюдать правила дорожного движения. -изучить обязанности пешеходов и пассажиров	Овладение теоретическими знаниями о Правилах дорожного движения в Российской Федерации и дорожном движении в населённом пункте	-усвоение правил дорожного движения.				
26	26	«Дорожные ловушки» — способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций.	1	-сформировать представление об организации дорожного движения. -формировать умение соблюдать правила дорожного	Овладение теоретическими знаниями о дорожных знаках, видах пешеходных переходов, правилах для пешеходов	-усвоение правил дорожного движения.				

				движения. -изучить обязанности пешеходов и пассажилов						
27	27	Правила поведения пассажира в разных видах транспорта.	1	-сформировать представление об организации дорожного движения. -формировать умение соблюдать правила дорожного движения. -изучить обязанности пассажилов	Овладение теоретическими знаниями о правилах обязательных для пассажилов и возможных последствиях в случае нарушения этих правил	-усвоение правил дорожного движения.				
28	28	Правила поведения в школе. Общие правила поведения в школьном помещении и во дворе школы	1	-усвоение приобретенных знаний в повседневной жизни	Овладение теоретическими знаниями об основных правилах поведения в школе и для чего их нужно выполнять	-знать правила поведения в школе				
29	29	Поведение на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой.	1	-развитие навыков адекватного общения, самоконтроля	Овладение теоретическими знаниями об основных правилах поведения на до начала занятий, в перерывах между занятиями и для чего их нужно выполнять	-знать правила поведения в школе				

30	30	Может ли общение привести к беде	1	-развитие навыков адекватного общения, самоконтроля. - формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни	Овладение теоретическими знаниями об основных причинах конфликтов и их последствиях	-знать правила поведения в школе				
31	31	Помощь заболевшему ребёнку.	1	-знать симптомы любого заболевания -уметь уберечь себя и других от заболеваний - развивать знания о симптомах начинающего простудных заболеваний.	Помощь заболевшему ребёнку.	-знать симптомы любого заболевания.	03.04			
32	32	Меры предупреждения пожаров, правила эвакуации при пожаре	1	-знать последовательность действий при пожаре; -уметь оказывать первую медицинскую помощь. -знать содержание аптечки первой помощи. порядок вызова скорой помощи.	Формирование готовности к правильному поведению в случае возникновения пожара	-сформировать знания о правилах поведения при пожаре.				
33	33	Повторение и обобщение знаний за курс ОБЖ 5 класс	1		Закрепление ранее изученных терминов, понятий и правил					

34	34	Итоговый тест за курс ОБЖ 5 класса	1							
----	----	------------------------------------	---	--	--	--	--	--	--	--