

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Управление образования администрации муниципального образования город Алексин
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Гимназия № 13»
г. Алексин Тульской области

РАССМОТРЕНА
заседанием ШМО
учителей естественно-
научного и
художественно-
эстетического цикла
(протокол
от 30.08.2023 № 1)

педагогическим
советом
(протокол
от 30.08.2023 № 1)

СОГЛАСОВАНА
Зам.директора по УВР
_____А.В.Чичкевич

УТВЕРЖДЕНА
(приказ от 30.08.2023 № 170)
Директор _____С.В. Воронова

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»
для обучающихся 5 классов

г. Алексин 2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности (далее – ОБЖ) разработана на основе Концепции преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (утверждена Решением Коллегии Министерства просвещения Российской Федерации, протокол от 24 декабря 2018 г. № ПК-1вн), требований к результатам освоения программы основного общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте (далее – ФГОС) основного общего образования (утверждён приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287) с учётом распределённых по модулям проверяемых требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования по учебному предмету ОБЖ, федеральной рабочей программы воспитания.

Настоящая Программа обеспечивает:

ясное понимание обучающимися современных проблем безопасности и формирование у подрастающего поколения базового уровня культуры безопасного поведения;

прочное усвоение обучающимися 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 и их разумное взаимодополнение, способствующее формированию практических умений и навыков.

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

- способность построения модели индивидуального безопасного поведения на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин, механизмов возникновения и возможных последствий различных опасных и чрезвычайных ситуаций, знаний и умений применять необходимые средства и приемы рационального и безопасного поведения при их проявлении;

- сформированность 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.

Настоящая примерная рабочая программа отражает модульную структуру содержания предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» и написана в соответствии с нормативно-правовыми актами в области безопасности жизнедеятельности, действующими в Российской Федерации, и на основе совокупных требований, определенных Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования.

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» реализует комплексный подход по обучению и воспитанию учащихся при модульной структуре содержания предмета.

Для изучения предмета в 5 классах предусмотрено 34 часа.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Планируемые результаты освоения предмета направлены на реализацию требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, обеспечивают связь между Стандартами, образовательным процессом и оценкой результатов освоения программы.

Личностные результаты

Личностные результаты освоения программы основного общего образования должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе и в процессе реализации основных направлений воспитательной деятельности, в том числе в части:

гражданского воспитания: 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);

патриотического воспитания: 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; духовно- нравственного воспитания: ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства;

эстетического воспитания: восприимчивость к разным видам искусства, традициям и творчеству своего и других народов, понимание эмоционального воздействия искусства; осознание важности художественной культуры как средства коммуникации и

самовыражения; понимание ценности отечественного и мирового искусства, роли этнических культурных традиций и народного творчества; стремление к самовыражению в разных видах искусства;

физического воспитания, формирования 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 эмоциональное состояние себя и других, умение управлять собственным эмоциональным состоянием; сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека;

трудового воспитания: 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 трудразличного 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 учётом личных и общественных интересов и потребностей;

экологического воспитания: 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; 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.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты освоения программы основного общего образования должны отражать:

1. 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 учётом 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 учётом 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 проведённого 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, 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 учётом 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 надёжность 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.

2. 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 учётом 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 её 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 учётом предпочтений и возможностей всех участников взаимодействия), распределять задачи между членами команды, участвовать в групповых формах работы (обсуждения, обмен мнениями, «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 предоставлению отчёта перед группой.

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

3. 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 учётом имеющихся ресурсов и собственных возможностей, аргументировать предлагаемые варианты решений; составлять план действий (план реализации намеченного алгоритма решения), корректировать предложенный алгоритм с учётом получения новых знаний об изучаемом объекте; делать выбор и брать ответственность за решение.

Самоконтроль: владеть способами самоконтроля, самомотивации и рефлексии; давать адекватную оценку ситуации и предлагать план её изменения; учитывать контекст, предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, адаптировать решение к меняющимся обстоятельствам; объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретённому 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 себе и другим; осознавать невозможность контролировать все вокруг.

Овладение системой универсальных учебных регулятивных действий обеспечивает формирование смысловых установок личности (внутренняя позиция личности) и жизненных навыков личности (управления собой, самодисциплины, устойчивого поведения).

Предметные результаты

Предметные результаты освоения программы основного общего образования с учётом специфики содержания предметных областей, включающих конкретные учебные предметы, ориентированы на применение знаний, умений и навыков обучающимися в учебных ситуациях и реальных жизненных условиях, а также на успешное обучение на следующем уровне образования:

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 распространённых 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 и (или) использовать меры и средства индивидуальной защиты, приёмы 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 учётом реальных условий и возможностей;

11) освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания;

12) овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, 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).

Достижение результатов освоения программы основного общего образования обеспечивается посредством включения в указанную программу предметных результатов освоения модулей учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

Организация вправе самостоятельно определять последовательность модулей для освоения обучающимися модулей учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Модуль № 1 «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»:

Человек и его безопасность. Опасности в жизни человека. Опасные и чрезвычайные ситуации. Источники опасных ситуаций. Возникновение опасных ситуаций из-за человеческого фактора. Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях. Понятия «безопасность», «безопасность жизнедеятельности». Правила безопасности жизни. Краткие сведения о системе государственной защиты в области безопасности. Разновидности чрезвычайных ситуаций. Понятие «чрезвычайная ситуация». Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Чрезвычайные ситуации социального характера.

Модуль № 2 «Здоровье и как его сохранить»:

Смысл понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни», их содержание и значение для человека; факторы, влияющие на здоровье человека, опасность вредных привычек; элементы здорового образа жизни, ответственность за сохранение здоровья.

Как сохранить здоровье. Режим дня. Отдых. Сон как важнейший признак здоровья. Правильная и неправильная осанка при ходьбе и при работе за письменным столом. Близорукость и дальновидность. Развитие физических качеств (сила, быстрота, выносливость). Малоподвижный образ жизни. Двигательная активность. Закаливание и закаливающие процедуры. Питание. Вода, белки, витамины, жиры, минеральные вещества, углеводы — необходимые элементы, требующиеся для развития организма. Личная гигиена. Определение понятия «гигиена». Уход за зубами. Уход за кожей. Выбор одежды по сезону. Правила гигиены на каждый день.

Предупреждение вредных привычек. Вред табакокурения и употребления спиртных напитков. Негативное отношение к приёму наркотических и токсикоманических веществ. Основные правила здорового образа жизни. Здоровье и правила его сбережения Факторы, способствующие сбережению здоровья. Правильное и неправильное питание. Закаливание организма. Факторы, разрушающие здоровье. Долгое сидение за компьютером. Избыточный вес.

Модуль № 3 «Безопасность на транспорте»:

Безопасное поведение на дорогах и в транспорте. Правила поведения для пешеходов. Дорожная разметка. Регулирование дорожного движения. Пешеходные переходы (регулируемые и нерегулируемые). Пешеходная, велопешеходная и велосипедная дорожки. Дорожные знаки (восемь групп). Транспортные и пешеходные светофоры. Сигналы светофоров. Сигналы регулировщика. Движение пешеходов в городе и по загородным дорогам. Правила поведения для пассажиров. Общественный транспорт. Школьный автобус. Правила, которые необходимо выполнять пассажирам трамваев, троллейбусов, автобусов, метрополитена. Если вы водитель велосипеда. Движение велосипедистов согласно Правилам дорожного движения Российской Федерации. Средства индивидуальной защиты велосипедиста. Требования к техническому состоянию велосипеда.

Модуль № 4 «Безопасность в быту»:

Безопасность вашего жилища. Среда обитания человека. Особенности сельских поселений. Особенности городов как среды обитания (смог, переработка и хранение бытовых отходов, шум и другие проблемы). Службы, которые всегда приходят на помощь. Правила вызова экстренных служб. Единый номер 112. Основные правила безопасности на улице. Безопасность в вечернее время. Безопасность в толпе. Безопасность дома. Источники опасности в современном жилище.

Бытовой газ - источник повышенной опасности. Гигиена жилища. Безопасность в подъезде и на игровой площадке. Основные правила безопасности в подъезде и лифте, которые надо соблюдать, чтобы не подвергнуться нападению. Основные правила безопасного поведения на игровой площадке. Как вести себя при пожаре. Правила поведения, если пожар в квартире. Рекомендации, как избежать пожара.

Модуль № 5 «Безопасность в социуме»:

Безопасность в криминогенных ситуациях. Как избежать контактов со злоумышленниками и преступной средой. Понятие «криминогенная ситуация». Разновидности преступлений. Правила безопасного поведения на улице, в образовательной организации, дома, которые необходимо соблюдать, чтобы не стать жертвой злоумышленников. Советы на всю жизнь. Полезные правила, которые помогут детям и подросткам избежать криминальных угроз.

Модуль № 6 «Основы противодействия экстремизму и терроризму»:

Экстремизм и терроризм — угрозы личности, обществу и государству. Что такое экстремизм. Понятия «экстремизм», «экстремистская деятельность». Опасные формы экстремистской деятельности. Ответственность за экстремистскую деятельность. Терроризм — крайняя форма экстремизма. Понятие «терроризм». Различные виды террористической деятельности. Ложные сообщения о терактах. Формы проявления терроризма. Ответственность несовершеннолетних за участие в террористической деятельности. Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта. Признаки наличия взрывного устройства. Правила поведения в различных ситуациях.

Модуль № 7 «Безопасность в информационном пространстве»:

Безопасность в информационной среде. Что такое информационная среда. Понятия «информационная среда», «информационная безопасность». Основные источники информации. Безопасное использование информационных ресурсов. Понятие «киберзависимость». Правила безопасности для защиты от информационных угроз и опасностей. Безопасность в Интернете. Информационная безопасность. Информационная безопасность детей. Угроза информационной безопасности. Основные правила поведения в социальных сетях. Компьютерная игра. Признаки заболевания у подростков, слишком увлечённых компьютерными играми. Деструктивное поведение в социальных сетях. Как не стать жертвой кибербуллинга. Понятия «буллинг», «кибербуллинг». Способы избежать контактов с компьютерными агрессорами. Как не стать жертвой мошенничества в социальных сетях. Как распознать действия кибермошенников. Как распознать действия кибермошенников. Как защитить свои денежные средства при использовании платёжных средств в Интернете.

Модуль № 8 «Безопасность в природной среде»:

Безопасность в различных погодных условиях и при стихийных бедствиях. Как погодные условия могут влиять на безопасность человека. Ветер. Гроза. Молния. Правила поведения при грозе. Гололёд и гололедица. Безопасное поведение на водоёмах. Правила поведения на замёрзшем водоёме. Безопасность при купании в водоёмах летом. Стихийные бедствия и связанные с ними опасности. Землетрясение. Наводнение. Ураган. Сель. Оползень. Правила поведения во время стихийных бедствий.

Модуль № 9 «Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера»:

Производственные аварии и их опасность для жизни, здоровья и благополучия человека. Химические производства и связанные с ними опасности. Понятие «химическое заражение местности». Хлор и аммиак — аварийно химически опасные вещества (АХОВ). Правила действия после оповещения об аварии и угрозе химического заражения. Индивидуальные средства защиты.

Ядерные объекты и их опасности. Радиационно опасный объект. Радиационная авария. Правила безопасного поведения в условиях радиационной обстановки. Гидротехнические сооружения и их опасности. Понятие «гидродинамическая авария». Правила безопасного поведения в условиях гидродинамической аварии.

Модуль № 10 «Основы медицинских знаний»:

Первая помощь и правила её оказания. Основные правила оказания первой помощи. Цель оказания первой помощи. Неотложные состояния, при которых необходимо оказывать помощь. Телефоны для вызова скорой медицинской помощи. Средства из домашней аптечки, которые нужно использовать при оказании первой помощи. Первая помощь и взаимопомощь при ожоге. Виды ожогов в зависимости от травмирующего источника, воздействующего на кожу (термические, электрические, лучевые, химические). Поверхностные и глубокие ожоги. Правила первой помощи при различных видах ожогов. Первая помощь при отравлениях. Различные пути попадания яда в человеческий организм. Правила безопасности для предупреждения случаев отравления. Первая помощь при отравлении минеральными веществами и бытовой химией. Первая помощь при травмах. Понятия «ушиб», «травма». Первая помощь при ушибах и ссадинах. Первая помощь при чрезвычайных ситуациях. Правила оказания первой помощи в условиях различных чрезвычайных ситуаций.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контроль работы	практическ е работы				
Модуль 1. Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе (Человек и его безопасность).								
1.1.	Опасности в жизни человека.	1	0	0		Характеризуют опасные ситуации. Анализируют особенности опасных ситуаций.	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
1.2.	Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях.	1	0	0		Сравнивают понятия «опасность» и «безопасность». Усваивают правила безопасного поведения.	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
1.3.	Разновидности чрезвычайных ситуаций.	1	0	0		Различают чрезвычайные ситуации по причинам возникновения и последствия.	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
Итого по модулю		3						
Модуль 2. Здоровье и как его сохранить (Здоровье и факторы, влияющие на него).								
2.1.	Что такое здоровье и здоровый образ жизни.	1	0	0		Анализируют определения понятий «здоровье», приводимые в разных источниках, формулируют своё определение.	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
2.2.	Как сохранить здоровье.	1	0	0		Характеризуют составляющие здоровья. Определяют понятие «здоровый образ жизни».	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
2.3.	Личная гигиена.	1	0	0		Выявляют факторы, влияющие на состояние здоровья человека.	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
2.4.	Предупреждение вредных привычек.	1	0	0		Вырабатывают правила борьбы с вредными привычками.	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
2.5.	Основные правила здорового образа жизни	1	0	0		Формулируют правила здорового образа жизни.	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/

Итого по модулю		5					
Модуль 3. Безопасность на транспорте (Безопасное поведение на дорогах и в транспорте).							
3.1.	Правила поведения для пешеходов.	1	0	0		Объясняют принципы безопасного поведения на дороге и в транспорте. Формулируют правила поведения для велосипедиста.	Устный опрос; https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
3.2.	Правила поведения для пассажиров.	1	0	0		Сравнивают правила поведения для пешехода и пассажира. Усваивают элементы дорожной системы.	Устный опрос; https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
3.3.	Если вы водитель велосипеда	1	0	0		Характеризуют особенности метрополитена как особого вида транспорта.	Устный опрос; https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
Итого по модулю		3					
Модуль 4. Безопасность в быту (Безопасность вашего жилища).							
4.1.	Среда обитания человека.	1	0	0		Характеризуют особенности сельских поселений и городов как среды обитания человека.	Устный опрос; https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
4.2.	Службы, которые всегда приходят на помощь.	1	0	0		Усваивают телефоны экстренных служб.	Устный опрос; https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
4.3.	Основные правила безопасности на улице.	1	0	0		Объясняют причины повышенной опасности жизни в городе, усваивают правила безопасного поведения на улице, в толпе, дома.	Устный опрос; https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
4.4.	Безопасность дома.	1	0	0		Усваивают правила пользования бытовым газом во избежание опасностей.	Устный опрос; https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
4.5.	Безопасность в подъезде и на игровой площадке.	1	0	0		Учатся пользоваться лифтом, безопасно вести себя на игровой площадке.	Устный опрос; https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
4.6.	Как вести себя при пожаре	1	0	0		Составляют правила поведения во время пожара.	Устный опрос; https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/

Итого по модулю		6					
Модуль 5. Безопасность в социуме (Безопасность в криминогенных ситуациях).							
5.1.	Как избежать контактов со злоумышленниками и преступной средой.	1	0	0		Характеризуют общее понятие «криминогенная ситуация». Анализируют содержание учебника, формулируют виды криминогенных ситуаций.	Устный опрос; https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
5.2.	Советы на всю жизнь	1	0	0		Формулируют правила безопасного поведения при встрече с грабителями, компьютерными мошенниками и др.	Устный опрос; https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
Итого по модулю		2					
Модуль 6. Основы противодействия экстремизму и терроризму (Экстремизм и терроризм — угрозы личности, обществу и государству).							
6.1.	Что такое экстремизм.	1	0	0		Характеризуют экстремизм и терроризм как идеологию насилия, противоправные социальные деяния. Учатся распознавать экстремистскую и террористическую опасность.	Устный опрос; https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
6.2.	Терроризм — крайняя форма экстремизма.	1	0	0		Формируют активную гражданскую позицию в неприятии экстремистских, террористических идей. Анализируют нормативно правовые документы, регламентирующие антитеррористическую деятельность государства.	Устный опрос; https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
6.3.	Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта.	1	0	0		Усваивают правила безопасного поведения при угрозе или возможности совершения террористического акта.	Устный опрос; https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
Итого по модулю		3					
Модуль 7. Безопасность в информационном пространстве (Безопасность в информационной среде).							
7.1.	Что такое информационная среда.	1	0	0		Характеризуют информационную среду и информационную безопасность. Анализируют источники информации.	Устный опрос; https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/

7.2.	Безопасное использование информационных ресурсов.	1	0	0		Объясняют опасность киберзависимости, кибербуллинга, деструктивных информационных сообществ. Формируют умение противостоять опасностям информационной среды.	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
Итого по модулю		2						
Модуль 8. Безопасность в природной среде (Безопасность в различных погодных условиях и при стихийных бедствиях).								
8.1.	Как погодные условия могут влиять на безопасность человека.	1	0	0		Характеризуют особенности влияния погодных условий на безопасность человека. Моделируют собственное безопасное поведение во время грозы, гололедицы, урагана, землетрясения и при других неблагоприятных природных явлениях.	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
8.2.	Безопасное поведение на водоёмах при различных погодных условиях.	1	0	0		Усваивают правила безопасного поведения на водоёмах в различное время года.	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
8.3.	Стихийные бедствия и их опасности.	1	0	0		Изучают, какие явления относятся к стихийным бедствиям. Объясняют причины возникновения стихийных бедствий и опасных природных явлений.	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
Итого по модулю		3						
Модуль 9. Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера (Производственные аварии и их опасности для жизни, здоровья и благополучия человека).								
9.1.	Химические производства и связанные с ними опасности.	1	0	0		Характеризуют особенности чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
9.2.	Ядерные объекты и их опасности.	1	0	0		Изучают средства индивидуальной защиты и правила пользования ими.	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
9.3.	Гидротехнические сооружения и их опасности.	1	0	0		Узнают порядок действий во время аварий на химических, радиационных, гидротехнических сооружениях.	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/

Итого по модулю	3						
Модуль 10. Основы медицинских знаний (Первая помощь и правила её оказания).							
10.1	Основные правила оказания первой помощи.	1	0	0		Знакомятся с официальными документами, регламентирующими правила оказания первой помощи.	Устный опрос; https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
10.2	Первая помощь и взаимопомощь при ожоге.	1	0	0		Отрабатывают приёмы оказания первой помощи при ожогах, отравлениях, травмах.	Устный опрос; https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
10.3	Первая помощь при отравлениях.	1	0	0		Отрабатывают приёмы оказания первой помощи при ожогах, отравлениях, травмах.	Устный опрос; https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
10.4	Первая помощь при травмах.	1	0	0		Отрабатывают приёмы оказания первой помощи при ожогах, отравлениях, травмах.	Устный опрос; https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
10.5	Первая помощь при чрезвычайных ситуациях.	1	0	0		Анализируют особенности оказания первой помощи при тяжёлых травмах во время чрезвычайных ситуаций.	Устный опрос; https://resh.edu.ru/ https://myschool.edu.ru/
Итого по модулю	5						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	34	0	0				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения
		всего	контрольные работы	Практические работы	
1.	Опасности в жизни человека.	1	0	0	
2.	Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях.	1	0	0	
3.	Разновидности чрезвычайных ситуаций	1	0	0	
4.	Что такое здоровье и здоровый образ жизни.	1	0	0	
5.	Как сохранить здоровье.	1	0	0	
6.	Личная гигиена.	1	0	0	
7.	Предупреждение вредных привычек.	1	0	0	
8.	Основные правила здорового образа жизни.	1	0	0	
9.	Правила поведения для пешеходов.	1	0	0	
10.	Правила поведения для пассажиров.	1	0	0	
11.	Если вы водитель велосипеда	1	0	0	
12.	Среда обитания человека.	1	0	0	
13.	Службы, которые всегда приходят на помощь.	1	0	0	
14.	Основные правила безопасности на улице.	1	0	0	
15.	Безопасность дома.	1	0	0	
16.	Безопасность в подъезде и на игровой площадке.	1	0	0	
17.	Как вести себя при пожаре	1	0	0	
18.	Как избежать контактов со злоумышленниками и преступной средой.	1	0	0	
19.	Советы на всю жизнь	1	0	0	
20.	Что такое экстремизм.	1	0	0	
21.	Терроризм — крайняя форма экстремизма.	1	0	0	
22.	Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта.	1	0	0	
23.	Что такое информационная среда.	1	0	0	
24.	Безопасное использование информационных ресурсов.	1	0	0	
25.	Как погодные условия могут влиять на безопасность	1	0	0	

	человека.				
26.	Безопасное поведение на водоёмах при различных погодных условиях.	1	0	0	
27.	Стихийные бедствия и их опасности.	1	0	0	
28.	Химические производства и связанные с ними опасности.	1	0	0	
29.	Ядерные объекты и их опасности.	1	0	0	
30.	Гидротехнические сооружения и их опасности.	1	0	0	
31.	Основные правила оказания первой помощи.	1	0	0	
32.	Первая помощь и взаимопомощь при ожоге.	1	0	0	
33.	Первая помощь при отравлениях, травмах.	1	0	0	
34.	Первая помощь при чрезвычайных ситуациях.	1	0	0	

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Основы безопасности жизнедеятельности: 5-й класс: учебник / Хренников Б.О., Гололобов Н.В., Льянская Л.И., Маслов М.В.; под ред. Егорова С.Н. – Москва: Просвещение, 2023. – 239 с.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9-е классы: методическое пособие для учителя к предметной линии учебников под редакцией С.Н. Егорова / Б.О. Хренников, Н.В. Гололобов, Л.И. Льянская, М.В. Маслов; под ред. С.Н. Егорова. – Москва; Просвещение, 2023. – 95 с.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Государственная образовательная платформа «Российская электронная школа»
<https://resh.edu.ru/>