


МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ –  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1 Г. АРКАДАКА САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

«Согласовано»  
Заместитель директора по УВР  
МБОУ – СОШ №1 г. Аркадака  
 /Княжева И. В./  
«    » августа 2021 г.



«Утверждаю»  
Директор МБОУ – СОШ №1 г. Аркадака  
г. Аркадак  
Саратовской области  
Марченко Н. С./  
Приказ №    от    «    » августа 2021 г.

## ***РАБОЧАЯ ПРОГРАММА***


по ОБЖ,

5 - х классов

на 2021 – 2022 учебный год

**Учитель: Плиткин Илья Николаевич**

Рассмотрено на заседании  
педагогического совета  
протокол №  
«    » августа 2021 г.

«Рассмотрено»  
Руководитель МО  
 / Елисеева Е. И. /  
Протокол № 1 от «    » августа 2021 г.

**г. Аркадак  
2021 год**

## Пояснительная записка

Рабочая программа по ОБЖ для 5 общеобразовательного классов составлена в соответствии с правовыми и нормативными документами:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ);
- Федеральный Закон от 01.12.2007 г. № 309 (ред. от 23.07.2013 г.) «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в части изменения и структуры Государственного образовательного стандарта»;
- Федеральный Государственный образовательный стандарт начального общего образования, основного общего образования, приказ Министерства образования и науки РФ от 31.12.2015г 1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального образования», приказом Министерства образования и науки РФ от 31.12.2015г . 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования».
- Приказ Минобрнауки России от «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования на 2021-2022 учебный год»;
- Уставом муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №1 г. Аркадака;
- Примерная программа по предмету ОБЖ.

Программа разработана на основе примерных рабочих программ по Федеральному государственному образовательного стандарта основного общего образования, утвержденная приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897; в соответствии с примерной программой основного общего образования по ОБЖ (стандарты второго поколения) с учетом требований федерального компонента государственного стандарта общего образования и на основании авторской программы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» в V - IX классах общеобразовательных учреждений, автор Н. Ф. Виноградова. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-9 классы. – М.: Вентана-Граф 2019 г.

Для реализации данной программы используется следующий учебник: Основы безопасности жизнедеятельности: 5-6 классы: учебник для учащихся общеобразовательных организаций /Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В.Сидоренко и др.– М.: Вентана-Граф, 2020г.

### **В состав УМК входят:**

#### **Учебник:**

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, 2020 год.

#### **Дополнительная литература:**

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.

Федеральный учебный план отводит 35 часов для образовательного изучения ОБЖ в 5 классе из расчёта 1 часа в неделю.

В соответствии с этим реализуется программа в объеме 35 часов.

### Цели:

Общие цели изучения ОБЖ призваны способствовать:

- повышению уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формированию антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечению профилактики асоциального поведения учащихся.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких

### Задачи:

- формирование у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- воспитание антитеррористического поведения и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

## Содержание учебного предмета

№ п/п	Наименование раздела /темы	Ко-во часов	Содержание	Форма занятий	Планируемые результаты обучения
1.	Введение	1	Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».	Лекции, беседы, комбинированный урок, конкурсы, викторины	<p><b>Личностные, метапредметные, предметные результаты освоения курса</b></p> <p><b>Личностные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;</li> <li>- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;</li> <li>- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;</li> <li>- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных интересов;</li> <li>- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;</li> <li>- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в</li> </ul>
2.	Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя	19	<p><i>Особенности организма человека.</i> 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.</p> <p><i>Здоровье органов чувств.</i> Охрана органов чувств. Первая помощь при попадании в глаз инородного тела.</p>	Лекции, беседы, комбинированный урок, конкурсы, викторины	

			<p><i>Как вести здоровый образ жизни.</i> Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье. Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши).</p> <p><i>Движение — это жизнь.</i> Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.</p> <p><i>Закаливание как условие сохранения и укрепления здоровья.</i> Правила закаливания младшего подростка.</p> <p><i>Компьютер и здоровье.</i> Правила безопасного пользования компьютером. Виды занятий, снимающих утомление.</p>	<p>нѐм взаимопонимания; освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;</p> <p>- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;</p> <p>- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;</p> <p>- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;</p> <p>- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;</p> <p>- антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.</p> <p>Результатами изучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5 классе является формирование универсальных учебных действий .</p>
3	Мой безопасный дом	4	<p><i>Безопасный дом.</i> 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.</p>	<p>Лекции, беседы, комбинированный урок, конкурсы, викторины .</p> <p><b><u>Регулятивные УУД:</u></b></p> <p>- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;</p> <p>- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;</p> <p>- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• умение оценивать правильность</li> </ul>

4	Школьная жизнь	11	<p><i>Выбор пути: безопасная дорога в школу.</i> 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.</p> <p><i>Правила поведения в школе.</i> 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.</p> <p>Ориентирование в школьных помещениях. Меры предупреждения пожаров, правила эвакуации при пожаре. Помощь при отравлении угарным газом и при ожогах.</p>	Лекции, беседы, комбинированный урок, конкурсы, викторины	<p>выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;</li> <li>• умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналоги, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;</li> <li>• умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;</li> <li>• умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;</li> <li>• формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;</li> <li>• освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;</li> <li>• формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.</li> </ul> <p><b><u>Познавательные УУД:</u></b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления, выявлять причины и следствия простых явлений.</li> <li>- Осуществлять сравнение, классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций; строить классификацию на основе дихотомического деления (на основе</li> </ul>
---	----------------	----	---	---	---

					<p>отрицания).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.</li> <li>- Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта.</li> <li>- Составлять тезисы, различные виды планов (простых, сложных и т.п.), преобразовывать информацию из одного вида в другой .</li> </ul> <p>-Уметь определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность.</p> <p>-Подготовка кратких сообщений с использованием естественнонаучной лексики и иллюстративного материала (в том числе компьютерной презентации в поддержку устного выступления);</p> <p>-Использование дополнительных источников информации.</p> <p>-Выдвижение гипотезы на основе житейских представлений или изученных закономерностей; <u>Коммуникативные УУД:</u></p> <p>-самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе</p> <p>-оценка собственного вклада в деятельность группы сотрудничества; самооценка уровня личных учебных достижений по предложенному образцу.</p> <p>-корректное ведение учебного диалога при работе в малой группе с сотрудничества;</p> <p><b>Предметные результаты:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование современной культуры характера;</li> <li>• формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;</li> <li>• понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;</li> <li>• понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в</li> </ul>
--	--	--	--	--	--

					<p>том числе от экстремизма и терроризма;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;</li><li>• понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;</li><li>• знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствия для личности, общества и государства;</li><li>• знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;</li><li>• умение оказать первую помощь пострадавшим;</li><li>• умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;</li></ul> <p>умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.</p>
--	--	--	--	--	--







## **Учебно-методическое обеспечение.**

### **Методические пособия:**

Вишневская Е.Л., Барсукова Н.К., Широкова Т.И. «Основы безопасности жизнедеятельности и охрана здоровья», М.: Русское слово, 2016 г.

Фролов М.П., Спиридонов В.Ф. «Безопасность на улицах и дорогах» Учебное пособие для 5 классов М.: ООО «Издательство АСТ-ЛТД», 2016.

### **Учебные пособия:**

Смирнов А.Т., Хренников Б.О.; «Основы безопасности жизнедеятельности». 5 класс под ред. А. Т. Смирнова. изд.– М.: Просвещение, 2016.

### **Медиаресурсы:**

Видеофильмы по основным темам и разделам курса ОБЖ в основной школе.

Мультимедийный компьютер с пакетом программ и пособий по курсу ОБЖ.

### Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата план	Дата факт
<b>Раздел 1. Введение. (1 часа)</b>				
1.	Изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»	1	05.09	
<b>Раздел 2. Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя (19 часа)</b>				
2.	За что „отвечают" системы органов.	1	12.09	
3.	Системы органов.	1	19.09	
4.	Как укреплять нервную систему. <i>Практическая работа «Измерение пульса»</i>	1	26.09	
5.	Как можно тренировать сердце. <i>Практическая работа «Учимся измерять пульс».</i>	1	03.10	
6.	Развиваем дыхательную систему. <i>Практическое занятие «Упражняем дыхательную систему (дыхательные упражнения)».</i>	1	10.10	
7.	Питаемся правильно.	1	17.10	
8.	<i>Практическая работа «Меню для подростка».</i>	1	24.10	

9.	Здоровье органов чувств.	1	07.11	
10.	<i>Практическая работа «Тренировка глаз».</i>	1	14.11	
11.	Проектная деятельность.	1	21.11	
12.	Проектная деятельность.	1	28.11	
13.	Здоровый образ жизни.	1	05.12	
14.	Чистота — залог здоровья. Что такое педикулёз?	1	12.12	
15.	Как правильно мыть фрукты?	1	19.12	
16.	Движение — это жизнь. <i>Практическое занятие</i> в физкультурном зале.	1	26.12	
17.	Закаливание <i>Практическая работа:</i> составление программы закаливания	1	16.01	
18.	Подросток и компьютер.	1	23.01	
19.	<i>Практическое занятие «Правила работы с компьютером»</i>	1	30.01	
20.	Повторение и обобщение по теме «здоровый образ жизни»	1	06.02	
	<b>Раздел 3. Мой безопасный дом. (4 часа)</b>			
21.	Наводим в доме чистоту.	1	13.02	

22.	Моем посуду правильно.	1	20.02	
23.	Техника безопасности в доме.	1	27.02	
24.	Безопасное электричество. Безопасный газ.	1	06.03	
<b>Раздел 4. Школьная жизнь.(11 часа)</b>				
25.	Дорога в школу и обратно. <i>Практическая работа:</i> безопасный маршрут до школы.	1	13.03	
26.	Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения.	1	20.03	
27.	Правила безопасности пешеходов. <i>Практическая работа «Оценка дорожной ситуации»</i>	1	03.04	
28.	Дорожное движение в населённом пункте. <i>Практическая работа «Правила дорожного движения РФ»</i>	1	10.04	
29.	Какие правила должен соблюдать пешеход? <i>Практическая работа «Обсуждение ситуаций, связанных с дорожными ловушками»</i>	1	17.04	
30.	Школьник как пассажир.	1	24.04	
31.	Общие правила школьной жизни.	1	30.04	
32.	Правила поведения в школе.	1	08.05	
33.	<i>Практическая работа «Учимся выполнять правила поведения»</i>	1	15.05	
34.	Если в школе пожар. <i>Практическая работа «Эвакуация из здания школы»</i>	1	22.05	

35.	<i>Практическая работа</i> «Действия при пожаре в школе»	1	29.05	
-----	--	---	-------	--