



**Рекомендовано к реализации**  
педагогическим советом

Протокол № 1 от  
« 28 » августа 2017 г.

**РАССМОТРЕНО:**  
на заседании ШМО

Протокол № 1 от  
« 28 » августа 2017 г.

# Рабочая программа

**по ОБЖ**

(название предмета)

**для 5-х классов**

**Программа рассчитана на 34 часа**

**Разработчики:**  
**Пронина Л.В., первая квалификационная категория**

**2017 год**

## 5 КЛАСС

Рабочая программа разработана на основе Закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации», Примерной программы, подготовленной в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения» в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного Министерством образования и науки Российской Федерации.

Рабочая программа рассчитана на 34 учебных часа (1 час в неделю).

Учебно-методический комплект включает в себя:

1. Латчук В. Н. [и др.], Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: учебник. - М.: Дрофа.

Дополнительная литература:

1. Латчук В.Н., Марков В.В., Маслов А.Г. Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс: методическое пособие. - М.: Дрофа.

2. Латчук В.Н., Миронов С.К., Вангородский С.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 – 11 классы: программы. - М.: Дрофа.

3. Евлахов В.М. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 – 11 классы: тематическое планирование. – М.: Дрофа.

4. Фролов М.П. Безопасное поведение на дорогах. 5 – 10 классы: программы дополнительного образования. – М.: Дрофа.

5. Евлахов, В. М. Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности.: 5-9 классы. - М.: Дрофа.

6. Латчук В.Н., Миронов С.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека: учебно-методическое пособие. – М.: Дрофа.

7. Клюев А.В. Основы безопасности жизнедеятельности. Тесты, практические задания, олимпиады. 8 – 9 классы: учебное пособие. – Ростов н/Д: Легион.

8. Хренников Б.О., Дурнев Р.А., Маслов М.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 – 11 классы: сборник ситуативных задач. - М.: Просвещение.

9. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 – 9 классы: электронное пособие. – М.: Дрофа.

В рабочей программе реализованы требования Конституции Российской Федерации и федеральных законов Российской Федерации «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности дорожного движения», «О радиационной безопасности населения», «О пожарной безопасности», «Об экологической безопасности», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», Стратегии национальной безопасности Российской Федерации.

В своей предметной ориентации предлагаемая программа направлена на достижение следующих **целей**:

– усвоение учащимися правил безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

– понимание ими важности укрепления, сохранения и защиты своего здоровья как личной и общественной ценности;

– уяснение и принятие учащимися достижений гражданского общества: права человека, правовое государство, семейные ценности, справедливость и ответственность органов власти;

– антиэкстремистское и антитеррористическое мышление и поведение учащихся, их нетерпимость к действиям и намерениям, представляющим угрозу для жизни человека;

– отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков, табакокурению и употреблению алкогольных напитков;

– готовность и стремление учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких **учебных задач** в 5 классе:

- 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;
- формирование у учащихся научных представлений о принципах и путях снижения фактора риска в деятельности человека и общества:
- выработка умений предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и адекватно противодействовать им;
- формирование у учащихся модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, а также развитие способностей оценивать опасные ситуации, принимать верные решения и действовать безопасно с учетом своих возможностей.

### **Планируемые результаты освоения:**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик 5-го класса **должен знать:**

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- основные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях;
- систему взглядов, принятых в Российской Федерации, по обеспечению безопасности личности, общества и государства от всех видов угроз;
- наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;
- основные виды террористических актов, их цели и способы осуществления;
- правила поведения при угрозе террористического акта;
- государственную политику противодействия наркотизму;
- основные меры по профилактике наркомании.

Ученик 5-го класса **должен уметь:**

- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам;
- принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций;
- действовать при угрозе террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

Кроме того, учащиеся должны **обладать компетенциями** по использованию полученных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного техногенного и социального характера;
- подготовки и участия в различных видах отдыха в природных условиях;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим;
- выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА**

### **Раздел I Основы безопасности личности, общества и государства**

#### **ЛИЧНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ (11 ч.)**

##### **Особенности города как среды обитания человека.**

Источники и зоны повышенной опасности в современном городе и их характеристика. Отличия горожан от сельских жителей с точки зрения безопасности жизни. Правила безопасного поведения в зонах повышенной опасности.

##### **Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).**

Государственные, муниципальные (городские) и районные специальные службы обеспечения безопасности. Правила вызова служб безопасности. Понятие о специальном сигнале оповещения «Внимание всем!». Правила поведения населения при оповещении об опасной или чрезвычайной ситуации по специальному сигналу «Внимание всем!»

##### **Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).**

Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные опасные ситуации в доме (квартире) и их причины

##### **Пожар.**

Опасные факторы пожара, воздействующие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях, их последствия. Меры пожарной безопасности в быту. Правила безопасного поведения при пожаре в доме (квартире). Правила безопасной эвакуации из задымленного помещения. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру. Основные причины возгорания телевизора (электроприбора). Правила безопасного поведения при возгорании телевизора (электроприбора). Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.

##### **Затопление квартиры.**

Водоснабжение дома (квартиры). Причины затопления и возможные последствия. Правила поведения при затоплении жилища и меры по его предотвращению.

##### **Электричество.**

Опасность электрических и электронных приборов, используемых в быту. Последствия поражения электрическим током. Меры безопасности при обращении с электроприборами.

##### **Опасные вещества и продукты питания.**

Понятие о средствах бытовой химии. Действие препаратов бытовой химии на организм человека. Правила пользования средствами бытовой химии. Опасность лекарственных средств и меры безопасности при их использовании. Бытовой газ и его опасность. Правила пользования бытовым газом. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире. Опасность продуктов питания. Меры по предотвращению пищевых отравлений.

##### **Взрыв и обрушение дома.**

Причины взрывов и обрушений в жилых домах. Правила безопасного поведения при возникновении взрыва в доме (квартире) и обрушении дома.

### **Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи).**

Правила предотвращения таких ситуаций. Меры безопасности при потере ключей от дома (квартиры).

### **Опасность толпы.**

Как уцелеть в толпе. Правила безопасного поведения при попадании в толпу в местах массового скопления людей (на дискотеке).

### **Собака бывает кусачей.**

Безопасное поведение с животными. Правила предосторожности при встрече с собаками. Правила поведения при нападении собаки.

## **БЕЗОПАСНОСТЬ НА ДОРОГАХ И НА ТРАНСПОРТЕ (7 ч.)**

### **Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.**

Безопасная дорога в школу и домой. Причины транспортных аварий. Безопасное поведение в транспортном средстве.

### **Безопасное поведение пешеходов и пассажиров.**

Обязанности пешехода и пассажира. Правила безопасного поведения на дороге.

### **Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.**

Краткая характеристика современных видов транспорта (автомобиль, автобус, трамвай, троллейбус, метро). Правила безопасного поведения при аварийных ситуациях на городском общественном транспорте. Правила безопасного поведения пассажира автомобиля: при неизбежном столкновении, при падении автомобиля в воду. Причины опасных и аварийных ситуаций в метрополитене. Зоны опасности в метро и их характеристики. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных ситуациях.

### **Железнодорожный транспорт.**

Источники опасности и опасные зоны на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения пассажиров: при крушении поезда, при пожаре в поезде.

### **Авиационный транспорт.**

Характеристика авиационного транспорта. Правила поведения авиапассажиров в салоне самолета. Правила безопасного поведения авиапассажиров: при аварийной посадке, при разгерметизации салона, при пожаре в самолете, при аварийной посадке на воду.

### **Морской и речной транспорт.**

Характеристика водного транспорта. Индивидуальные и групповые средства спасения на морском и речном транспорте. Правила пользования спасательным жилетом. Действия пассажиров при аварийных ситуациях и эвакуации с судна. Правила посадки на спасательное средство. Что делать, если человек упал за борт судна.

## **ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ СОЦИАЛЬНОГО ХАРАКТЕРА (4 ч.)**

### **Психологические основы самозащиты.**

Язык жестов — важное оружие самозащиты. Основные психологические качества уверенного в себе человека. Психологические рекомендации по преодолению страха и способам самозащиты в опасных ситуациях криминогенного характера.

### **Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде.**

Меры по повышению безопасности дома (квартиры). Что не рекомендуется делать, находясь дома без взрослых. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций в доме (квартире); звонок в дверь, дверь квартиры пытаются открыть, вы вернулись из школы, а дверь квартиры открыта. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций: перед подъездом, в подъезде дома, в лифте, на лестничной площадке.

### **Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.**

Зоны криминогенной опасности в городе (населенном пункте). Правила безопасного поведения с незнакомым человеком. Правила обеспечения личной безопасности в повседневной жизни. Как предотвратить опасные домогательства.

### **Правила поведения при захвате в заложники.**

Понятие о заложнике. Меры личной безопасности по предотвращению захвата в заложники. Рекомендации по безопасному поведению при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в заложники в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.

## **ЗАГРЯЗНЕНИЕ СРЕДЫ ОБИТАНИЯ (3 ч.)**

### **Загрязнение воды.**

Роль воды в жизнедеятельности человека. Требования к питьевой воде. Способы очистки водопроводной воды в домашних условиях.

### **Загрязнение воздуха.**

Общие сведения об атмосфере. Состав воздуха, которым мы дышим. Причины загрязнения воздуха. Рекомендации по предотвращению загрязнения воздуха в местах проживания.

### **Загрязнение почвы.**

Роль почвы в жизнедеятельности человека. Причины загрязнения почвы и их последствия. Вредные вещества, накапливающиеся в почве в результате промышленных выбросов. Возбудители инфекционных заболеваний, обитающие в почве.

## **СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ (2 ч.)**

### **Фильтрующие противогазы.**

Предназначение и принцип защитного действия фильтрующих противогазов. Гражданские противогазы ГП-7 и ГП-7В, устройство и правила пользования. Детский противогаз ПДФ-2Ш, устройство и правила пользования. Правила подбора противогаза, определение размера (роста) шлем-маски, подготовка противогаза к работе. Пользование противогазом. Переноска противогаза. Положения противогаза: походное, наготове, боевое. Перевод противогаза в боевое положение. Практическая отработка упражнения по надеванию противогаза.

## **ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ (3 ч.)**

### **Виды ранений, их причины и первая помощь.**

Понятие о ране. Общие признаки ранений. Общие правила оказания первой помощи при незначительных открытых ранах.

### **Общая характеристика кровотечений. Первая помощь при кровотечении.**

Наружное и внутреннее кровотечения. Венозное кровотечение и его характеристика. Артериальное кровотечение и его характеристика. Смешанные кровотечения и их характеристика. Капиллярное кровотечение и его особенности. Способы временной остановки кровотечения. Остановка кровотечения путем пальцевого прижатия артерий. Особенности и правила остановки кровотечения путем наложения жгута. Остановка кровотечения путем наложения давящей повязки. Остановка кровотечения путем максимального сгибания конечности. Остановка кровотечения путем придания поврежденной конечности приподнятого положения. Первая помощь при кровотечении из носа.

## ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ (4 ч.)

### Движение и здоровье.

Роль двигательной активности для укрепления здоровья. Понятие об опорно-двигательном аппарате и его развитии. Опорно-двигательный аппарат как генератор двигательной активности. Избыток и недостаток движения (гиподинамия) — причина некоторых заболеваний человека

### Нарушения осанки и причины их возникновения.

Понятие об осанке. Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика нарушений осанки. Воздействие излучений телевизора и компьютера на организм человека. Правила просмотра телепередач. Правила безопасности при работе на персональном компьютере.

### Телевизор и компьютер – друзья или враги?

Воздействие излучений телевизора и компьютера на организм человека. Правила просмотра телепередач. Правила безопасности при работе на персональном компьютере.

### Развитие и изменение организма в вашем возрасте.

Понятие о детском и подростковом возрасте. Развитие организма в детском возрасте. Характеристика факторов, влияющих на развитие и изменение организма в подростковом возрасте. Активность сальных и потовых желез в подростковом возрасте. Гигиенические мероприятия по уходу за сильными и потовыми железами.

### Физическое и нравственное взросление человека.

Появление новой жизни. Ответственность за сохранение своего здоровья в подростковом возрасте. Физическое взросление мальчиков и девочек, особенности их взаимоотношений.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Примечание
<b>Р а з д е л 1. Основы безопасности личности, общества и государства (27 ч.)</b>			
<b>Личная безопасность повседневной жизни (11 ч.)</b>			
1	Особенности города как среды обитания человека.	1	
2	Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).	1	
3	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).	1	
4	Опасные факторы и причины пожаров.	1	
5	Правила поведения при пожаре. Эвакуация.	1	
6	Средства тушения пожаров.	1	
7	Затопление квартиры.	1	
8	Электричество.	1	
9	Опасные вещества и продукты питания.	1	
10	Взрыв и обрушение дома.	1	

11	Безопасность в нестандартных ситуациях	1	
<b>Безопасность на дорогах и на транспорте (7 ч)</b>			
12	Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.	1	
13	Безопасное поведение пешеходов.	1	
14	Безопасное поведение пассажиров.	1	
15	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.	1	
16	Железнодорожный транспорт.	1	
17	Авиационный транспорт	1	
18	Морской и речной транспорт	1	
<b>Опасные ситуации социального характера (4 ч)</b>			
19	Психологические основы самозащиты	1	
20	Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде.	1	
21	Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.	1	
22	Правила поведения при захвате в заложники.	1	
<b>Загрязнение среды обитания (3 ч)</b>			
23	Загрязнение воды.	1	
24	Загрязнение воздуха.	1	
25	Загрязнение почвы	1	
<b>Средства индивидуальной защиты органов дыхания (2 ч)</b>			
26	Фильтрующие противогазы.	1	
27	Пользование противогазом.	1	
<b>Раздел 2. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (8 ч)</b>			
<b>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (3 ч)</b>			
28	Виды ранений, их причины и первая помощь	1	
29	Общая характеристика кровотечений	1	
30	Первая помощь при кровотечении	1	
<b>Основы здорового образа жизни (4 ч)</b>			
31	Движение и здоровье	1	
32	Нарушения осанки и причины их возникновения	1	
33	Телевизор и компьютер — друзья или враги?	1	
34	Развитие и изменение организма в вашем возрасте	1	