

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Елионская средняя общеобразовательная школа»  
Стародубского муниципального округа  
Брянской области**

Рассмотрено на заседании ШМО Протокол № 1 от.30.08.2024	Согласовано Зам. директора по УВР Кузьменок Н.И. 30.08.2024	Утверждено приказом директора школы МБОУ «Елионская СОШ» № 113 от 30.08.2024
--	--	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Курса «Основы безопасности»**

**5 класс**

**на 2024 – 2025 учебный год**

**Составитель: Галичанин Евгений Борисович  
учитель ОБЗР**

**Планируемые результаты освоение курса «Основы безопасности» в 5 классе**

Предметные результаты обучения

*Обучающиеся должны знать:*

- способы формирования здорового образа жизни;
- опасные и чрезвычайные ситуации, влияние их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций;
- устройство и принцип действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;
- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; *Обучающиеся должны уметь:*
- предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;
- информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.
- оказывать первую медицинскую помощь;

Метапредметные результаты обучения

*Обучающиеся должны уметь:*

**Регулятивные:**

- формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека; самостоятельно определять цели своего обучения, постановку и формулировку для себя новых задач в учебе и познавательной деятельности;
- **Познавательные:**
- владеть обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- приобретать опыт самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- формировать умения воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; **Коммуникативные:**
- развивать умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение.

- 
- 
- **Личностные результаты:**
- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **Введение – 1 час**

Почему нужно изучать курс «Основы безопасности».

#### **Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя – 16 часов**

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

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

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

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

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

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

### **Мой безопасный дом – 4 часа**

*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 - 13 часов**

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

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

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

### Тематическое планирование

№ уро ка п/п	№ уро ка в разде ле	Тема урока	Количес тво часов	Дата		Примечание
				По плану	По факту	
<b>Введение - 1</b>						
1	1	Введение	1			
<b>Чтобы сохранить здоровье нужно знать себя - 16</b>						
2	1	За что «отвечают» системы органов.	1			
3	2	За что «отвечают» системы органов.	1			
4	3	Как укреплять нервную систему.	1			
5	4	Как можно тренировать сердце.	1			
6	5	Укрепляем дыхательную систему.	1			
7	6	Питаемся правильно.	1			
8	7	Питаемся правильно.	1			
9	8	Здоровье органов чувств.	1			
10	9	Проектная деятельность.	1			
11	10	Чистота - залог здоровья.	1			
12	11	Чистота - залог здоровья	1			
13	12	Движение – это жизнь.	1			
14	13	Закаливание.	1			
15	14	Подросток и компьютер.	1			
16	15	Повторение и обобщение пройденного.	1			
17	16	Контрольная работа.	1			
<b>Мой безопасный дом - 4</b>						
18	1	Мой безопасный дом	1			
19	2	Мой безопасный дом				
20	3	Техника безопасности в доме.	1			
21	4	Техника безопасности в доме.				
<b>Школьная жизнь -13 часов</b>						
22	1	Дорога в школу и обратно.	1			
23	2	Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения.	1			
24	3	Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения.	1			
25	4	Безопасная дорога.	1			
26	5	Безопасная дорога.				
27	6	Школьник как пассажир.	1			
28	7	Школьник как пассажир.	1			
29	8	Проектная деятельность.	1			
30	9	Контрольная работа.	1			
31	10	Общие правила школьной жизни.	1			
32	11	Правила поведения в школе.	1			
33	12	Если в школе пожар.	1			

34	13	Итоговый урок	1			
----	----	---------------	---	--	--	--

### **Формы учёта рабочей программы воспитания в рабочей программе по «Основам безопасности»**

Рабочая программа воспитания МБОУ «Елионская СОШ» реализуется в том числе и через использование воспитательного потенциала курса «Основы безопасности». Эта работа осуществляется в следующих формах:

- Побуждение обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (педагогическими работниками) и сверстниками (обучающимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации.
- Привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов, явлений, событий через:
  - использование на уроках информации, затрагивающей важные социальные, нравственные, этические вопросы
- Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей через подбор соответствующих проблемных ситуаций для обсуждения в классе.
- Включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию обучающихся к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока.
- Применение на уроке интерактивных форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся.
- Применение групповой работы или работы в парах, которые способствуют развитию навыков командной работы и взаимодействию с другими обучающимися.
- Выбор и использование на уроках методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания.
- Инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в форме включения в урок различных исследовательских заданий, что дает возможность обучающимся приобрести навыки самостоятельного решения теоретической проблемы, генерирования и оформления собственных гипотез, уважительного отношения к чужим идеям, публичного выступления, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.
- Установление уважительных, доверительных, неформальных отношений между учителем и учениками, создание на уроках эмоционально-комфортной среды.