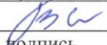



**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и науки Алтайского края**  
**Комитет по образованию города Барнаула**  
**МБОУ «Гимназия №80»**

<b>«Рассмотрено»</b>	<b>«Согласовано»</b>	<b>«Утверждаю»</b>
Руководитель МО	Заместитель директора по УВР	Директор МБОУ «Гимназия №80»
 /Соколова Г.В.	 /Никитина Т.А.	/А.А. Миронов
подпись /расшифровка/	подпись /расшифровка/	подпись /расшифровка/
Протокол №1 от 25.08.2023	Протокол №1 от 29.08.2023	Приказ №311-осн от 30.08.2023

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
учебного курса: Основы безопасности жизнедеятельности человека  
5 А, Б, В, Г классов основного общего образования

Срок реализации программы 2023/2024 учебный год

г. Барнаул, 2023

**Пояснительная записка**

Данная программа по основам безопасности жизнедеятельности курса в 5 классе разработана на основе

– Основной образовательной программы основного общего образования МБОУ «Гимназия №80» (новая редакция), утвержденной приказом МБОУ «Гимназия №80» от 25.08.2023 №305-осн.;

– Положения о рабочей программе учебного предмета, учебного курса, курса внеурочной деятельности, утвержденного приказом МБОУ «Гимназия №80» от 30.08.2023 № 325-осн.;  
- авторской программы под ред. Н.Ф. Виноградовой., планируемых результатов основного общего образования и ориентирована на работу по учебно – методическому комплексу:

1.Основы безопасности жизнедеятельности: 5-7 классы: программа / под ред. Н.Ф.Виноградовой. - Москва : Вентана - Граф, 2020 .

2.Виноградова Н.Ф. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-7 классы: методическое пособие / Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В. Сидоренко и др.– 2-е издание, испр. и дораб. М.: Вентана - Граф, 2020 год.

На изучение курса «Основы безопасности жизнедеятельности человека» в 5 классе отводится 1 ч в неделю. Программа рассчитана на 34 ч. из них:

20-теоретические занятия, 11- практические работы, 2- проектная деятельность, 1- итоговое тестирование.

### **Планируемые предметные результаты освоения учебного курса**

Предметные результаты обучения нацелены на решение, прежде всего образовательных задач:

- расширение знаний о здоровом образе жизни, ситуациях, которые нарушают его, и причинах их возникновения;
- использование полученных знаний в учебных ситуациях, применение знаний для прогнозирования и оценки поведения;
- расширение кругозора и культурного опыта школьника, формирование умения воспринимать мир не только рационально, но и образно.

**Содержание учебного курса для 5 класса «Основы безопасности жизнедеятельности человека» содержит следующие разделы:**

Введение. Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности человека».

#### **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.

*Безопасный дом.* Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры и мытья посуды. Животные и насекомые, распространяющие инфекцию

(мышь, 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 кровотечении. Помощь заболевшему ребёнку.

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

### **Практические работы**

Измерение пульса, проверка выносливости; тренировка дыхательной системы; проверка степени загрязнения воды; анализ режима питания; овладение приёмами тренировки глаз; проверка уровня физической подготовки учащегося; составление программы закаливания; освоение правил пользования компьютером; выбор безопасного маршрута от дома до школы; оценка дорожной обстановки; освоение правил дорожного движения; выбор правильного решения в конфликтной ситуации; эвакуация из здания школы; действия при пожаре в школе; оказание первой помощи при лёгких травмах; оказание первой помощи при переломах; оценка поведения собаки; выбор ориентиров на местности; ориентирование на местности по компасу; определение сторон света по Солнцу и часам; определение сторон света по местным приметам; измерение расстояния шагами; оказание доврачебной помощи при укусах насекомых и змей; обучение приёмам искусственного дыхания; составление режима для многодневного туристического похода; определение отличительных признаков ядовитых грибов.

### **Проектная деятельность по темам**

«Органы чувств человека», «Курить — здоровью вредить», «Экскурсия в природу»

Ведущие содержательные линии программы соответствуют разделам учебника «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-6 класса.

Во введении к учебнику обсуждается необходимость изучения курса ОБЖЧ и роль полученных знаний и приобретённых на занятиях по этому предмету умений в правильной организации жизни человека.

При изучении раздела «Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя» обсуждается проблема зависимости здоровья и благополучия человека от знания индивидуальных и типологических особенностей организма. Изучаются правила поведения, обеспечивающие нормальную работу систем органов (кровеносной, дыхательной, пищеварительной, нервной), а также даются рекомендации по соблюдению принципов рационального питания, движения и гигиены.

В разделе «Мой безопасный дом» содержится информация о чрезвычайных (аварийных) ситуациях, которые могут возникнуть в доме, в школе при нарушении правил поведения и техники безопасности.

В разделе «Школьная жизнь» рассматривается две проблемы. День школьника начинается с дороги, поэтому учащиеся знакомятся с правилами дорожного движения и рассматривают опасные ситуации, участниками которых могут стать пешеход и пассажир. Особое внимание уделяется поведению учащихся в школе и на пришкольной территории, выбору безопасных способов разрешения возможных конфликтов.

### **Формы организации учебного процесса**

- урок-лекция;
- урок-беседа;
- урок-экскурсия;
- киноурок;
- урок самостоятельной работы;
- лабораторные и 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.

## **КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ**

### **Ответ на уроке**

Отметка «5» ставится в том случае, если учащийся показывает верное понимание рассматриваемых вопросов, дает точные формулировки и истолкование основных понятий, строит ответ по собственному плану, сопровождает рассказ примерами, умеет применить знания в новой ситуации при выполнении практических заданий; может установить связь между изучаемым и ранее изученным материалом по курсу ОБЖ, а также с материалом, усвоенным при изучении других предметов.

Отметка «4» ставится, если ответ ученика удовлетворяет основным требованиям к ответу на оценку «5», но дан без использования собственного плана, новых примеров, без применения знаний в новой ситуации, без использования связей с ранее изученным материалом и материалом, усвоенным при изучении других предметов; если учащийся допустил одну ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно или с небольшой помощью учителя.

Отметка «3» ставится, если учащийся правильно понимает суть рассматриваемого вопроса, но в ответе имеются отдельные пробелы в усвоении вопросов курса ОБЖ, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; умеет применять полученные знания при решении простых задач с использованием стереотипных решений, но затрудняется при решении задач, требующих более глубоких подходов в оценке явлений и событий; допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более двух-трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов; допустил четыре или пять недочетов.

Отметка «2» ставится, если учащийся не овладел основными знаниями и умениями в соответствии с требованиями программы и допустил больше ошибок и недочетов, чем необходимо для отметки «3».

## **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

### 5 класс

№	Раздел	Кол-во часов	Из них		
			контрольные	практические	проект
1.	Введение	1			
2.	Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя	28	1	10	2
3.	Школьная жизнь	4		1	
4.	Резерв	1			
	<b>ИТОГО</b>	<b>34</b>	<b>1</b>	<b>11</b>	<b>2</b>

### Календарно -тематическое планирование ОБЖЧ 5 класс

№ п/п	Раздел. Тема урока	Дата проведения				Вид контроля
		5-а	5-б	5-в	5-г	
1	Первичный инструктаж по охране труда. Введение. Изучение курса «Основы безопасности жизнедеятельности человека»					
2	За что „отвечают" системы органов					текущий
3	За что „отвечают" системы органов					текущий
4	Как укреплять нервную систему.					текущий
5	Как можно тренировать сердце.					текущий
6	Упражняем дыхательную систему					текущий
7	Питаемся правильно.					текущий
8	Питаемся правильно.					текущий
9	Здоровье органов чувств.					текущий
10	Здоровье органов чувств.					текущий
11	Проектная деятельность по теме: Слух человека и животных. Сравнительная характеристика.					текущий
12	Проектная деятельность по темам: Как сохранить обоняние? Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его?					текущий
13	Здоровый образ жизни.					текущий
14	Чистота — залог здоровья.					текущий
15	Чистота — залог здоровья.					текущий
16	Движение — это жизнь.					текущий
17	Закаливание					текущий
18	Подросток и компьютер.					текущий
19	Повторение и обобщение по теме «здоровый образ жизни»					текущий
20	Мой безопасный дом					текущий
21	Мой безопасный дом					текущий
22	Техника безопасности в доме					текущий

23	Техника безопасности в доме					текущий
24	Дорога в школу и обратно					текущий
25	Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения					текущий
26	Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения.					текущий
27	Безопасная дорога					текущий
28	Безопасная дорога					текущий
29	Школьник как пассажир					текущий
30	Общие правила школьной жизни					текущий
31	Правила поведения в школе.					текущий
32	<i>Итоговое тестирование</i>					текущий
33	Если пожар в школе					текущий
34	<i>Практическая работа «Эвакуация из здания школы»</i>					
	<b>Всего часов</b>					<b>34</b>