

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Красноярского края

МКУ «Управление образования Ужурского района

МБОУ "Ильинская СОШ "

РАССМОТРЕНО

Методическом совете

Протокол № 1

от « 31 » 08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

по УВР:

Шарых И.В.

Протокол № 1

от « 31 » 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директором МБОУ

«Ильинская СОШ»:

Никитина И.Н.

Приказ № 175/2

от « 01 » 09 2023 г.



Рабочая программа
Элективного курса «ОБЖ»
для 5 класса

Посконный В.Г.

Преподаватель-организатор ОБЖ

с. Ильинка

2023 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе Федерального компонента государственного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Минобрнауки России от 05.03.2004г. №1089, Примерной программы основного общего образования по Основам безопасности жизнедеятельности и Программы общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности» 1-11 классы. А.Т. Смирнова, М.: «Просвещение», 2010г

Цели:

1. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни (ЗОЖ); государственной системе защиты населения от опасных и ЧС; об обязанностях граждан по защите государства.
2. Воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества.
3. Развитие черт личности, необходимые для безопасного поведения в ЧС и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении ЗОЖ.
4. Овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в ЧС; использовать СИЗ и СКЗ; оказывать 1МП пострадавшим.

Требования к уровню подготовки обучающихся

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик 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;
- законодательную и нормативно-правовую базу Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз и по организации борьбы с терроризмом
- 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.

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 возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

Кроме того, учащиеся должны уметь применять полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- активного отдыха в природных условиях;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим;
- соблюдения норм здорового образа жизни.

Тематический план 5 класс

№ раздела, темы, урока	Наименование раздела, темы и урока	Количество часов	
		Раздел	Тема
1	<i>Безопасность и защита человека в опасных ситуациях</i>	16	
1.1	Человек, среда его обитания, безопасность человека		5
1.2	Опасные ситуации техногенного характера		6
1.3	Опасные ситуации природного характера		2
1.4	Опасные ситуации социального характера		3
2	<i>Чрезвычайные ситуации</i>	6	
2.1	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера		6
3	<i>Основы здорового образа жизни</i>	5	
3.1	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни		5
4	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>	8	
4.1	Первая медицинская помощь и правила ее оказания		8
Всего часов		35	

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ ДЛЯ 5 КЛАССА

Раздел 1.

БЕЗОПАСНОСТЬ И ЗАЩИТА ЧЕЛОВЕКА В ОПАСНЫХ СИТУАЦИЯХ

Тема №1. Человек, среда его обитания, безопасность человека

1. Город как среда обитания

Роль городов в развитии человеческого общества. Особенности современных городов, их деление в зависимости от количества жителей. Система жизнеобеспечения современных городов. Наиболее характерные опасные ситуации для человека, которые могут возникнуть в городе.

2. Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища

Система обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом. Бытовые приборы, используемые человеком в повседневной жизни. Возможные опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище; меры по их профилактике.

3. Особенности природных условий в городе.

Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат города. Особенности природной среды в городе. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды.

4. Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность.

Особенности социальной среды в городе с учетом его предназначения (город-столица, город-порт и др.). Зоны повышенной криминогенной опасности, зоны безопасности в городе. Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе: со взрослыми и сверстниками, с незнакомым человеком.

5. Основы безопасности жизнедеятельности человека.

Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях. Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в городе. Основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.

Тема №2. Опасные ситуации техногенного характера

6. Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения

Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения.

Регулирование дорожного движения; дорожная разметка; дорожные знаки; светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения.

7. Пешеход. Безопасность пешехода

Пешеход - участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге.

8. Пассажир. Безопасность пассажира

Пассажир, общие обязанности пассажира. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Меры безопасности при поездке железнодорожным транспортом. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом.

9. Водитель

10. Пожарная безопасность.

Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище; личная безопасность при пожаре.

11. Безопасное поведение в бытовых ситуациях.

Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Общие правила безопасного поведения в быту. Безопасное обращение с электроприборами, с бытовым газом, со средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером. Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.

Тема №3. Опасные ситуации природного характера

12. Погодные условия и безопасность человека

Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения в предвидении и во время опасных природных явлений.

13. Безопасность на водоемах

Водоемы в черте города. Состояние водоемов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года.

Тема №4. Опасные ситуации социального характера

14. Ситуации криминогенного характера и личная безопасность

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации.

15. Обеспечение личной безопасности дома

Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома.

16. Обеспечение личной безопасности на улице

Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасных ситуаций. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знания расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и др.). Умение соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе. Взрывное устройство на улице.

Раздел 2.

ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ

Тема №5. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

17. Чрезвычайные ситуации природного характера

Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы. Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера.

18. Чрезвычайные ситуации техногенного характера

Чрезвычайные ситуации техногенного характера: аварии на радиационноопасных объектах; аварии на пожаро-взрывоопасных объектах; аварии на химических объектах. Обеспечение личной безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

19. Практические занятия по отработке действий в случае возникновения чрезвычайной ситуации природного или техногенного характера

Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

Действия населения при оповещении об угрозе возникновения чрезвычайной ситуации.

Организация эвакуации населения.

Правила безопасного поведения при проживании на радиоактивно загрязненной местности.

Раздел 3.

ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Тема №6. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни

20. О здоровом образе жизни

Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.

Основные составляющие здорового образа жизни. Режим дня и умение рационально распределять свое время как основное составляющее здорового образа жизни.

21. Двигательная активность и закаливание организма - необходимые условия укрепления здоровья

Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Систематические занятия физической культурой - обязательные условия для укрепления и сохранения здоровья.

22. Рациональное питание. Гигиена питания

Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества: углеводы, жиры, белки, витамины, минеральные вещества, вода. Гигиена питания.

23. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека

Потенциальные возможности человека, значение образа жизни и привычек для их реализации по совершенствованию духовных и физических качеств.

Вредные привычки, их отрицательное влияние на развитие способностей человека и на его здоровье.

24. Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек (практические занятия)

Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного дыма на организм курящего и на окружающих. Возможные последствия для здоровья человека от постоянного курения. Как уберечь себя от курения.

Алкоголь - наркотический яд. Влияние алкоголя на организм человека. Возможные последствия употребления алкоголя. Алкоголь и преступность.

Отношение человека, ведущего здоровый образ жизни, к употреблению спиртных напитков.

Раздел 4.

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ

Тема №7. Первая медицинская помощь и правила ее оказания

25. Первая медицинская помощь при различных видах повреждений

Первая медицинская помощь, общее положение по оказанию первой медицинской помощи.

Ситуации, при которых следует немедленно вызывать скорую медицинскую помощь, правила ее вызова.

Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома.

26. Оказание первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении (практические занятия)

Последовательно отрабатываются навыки в оказании первой медицинской помощи:

- при ушибах;
- при ссадинах;
- при носовом кровотечении.

27. Первая медицинская помощь при отравлении (практические занятия).

Отравления, пути попадания токсических веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях.

По выбору преподавателя отрабатываются навыки по оказанию первой медицинской помощи при отравлении:

- медикаментами;
- препаратами бытовой химии; кислотами; щелочами; никотином; угарным газом.

Контрольно-измерительные материалы

Контрольно-измерительные материалы взяты из:

Оценка качества подготовки выпускников основной школы по основам безопасности жизнедеятельности. /Авт.-сост. Г.А.Колодницкий, В.Н.Латчук, В.В.Марков, с.К.Миронов, Б.И.Мишин, М.И Хабнер. – М.:Дрофа, 2001. – 160с.

Михайлов,А.А. Игровые занятия в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности». 5-9 кл. – 3-у изд., стереотип. – М.:Дрофа, 2006.-80 с.: ил. – (Библиотека учителя)

Латчук В.Н., Марков В.В., Фролов М.П. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 кл.: Дидактические материалы. – 2-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2001. – 320 с.: ил.

Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. Тестовый контроль. 5-6 классы: пособие для учителей общеобразоват. Учреждений/ А.Т.Смирнов, Б.О Хренников, М.В Маслов;; рос. Акад. Наук, Рос. Акад. Образования, изд-во «Просвещение». –М.: Просвещение, 2013. – 111. – (Академический школьный учебник).

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 класс

№ раздела,	№ урока	Наименование раздела, темы и урока	Дата	Количество	
				Раздел	Тема
I		Безопасность и защита человека в опасных ситуациях		16	
1		Человек, среда его обитания, безопасность человека			5
	1	Город как среда обитания			1
	2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища			1
	3	Особенности природных условий в городе			1
	4	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность			1
	5	Основы безопасности жизнедеятельности человека			1
2		Опасные ситуации техногенного характера			6
	6	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения			1
	7	Пешеход. Безопасность пешехода			1
	8	Пассажир. Безопасность пассажира			1
	9	Водитель			1
	10	Пожарная безопасность			1
	11	Безопасное поведение в бытовых ситуациях			1
3		Опасные ситуации природного характера			2
	12	Погодные условия и безопасность человека			1
	13	Безопасность на водоемах			1
4		Опасные ситуации социального характера			3
	14	Криминогенные ситуации и личная безопасность			1
	15	Обеспечение личной безопасности дома			1
	16	Обеспечение личной безопасности на улице			1
II		Чрезвычайные ситуации		6	
5		Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера			6
	17	Чрезвычайные ситуации природного характера			1
	18	Чрезвычайные ситуации техногенного характера			1
	19	Практические занятия по отработке действий в случае возникновения чрезвычайной ситуации природного или техногенного характера			4
III		Основы здорового образа жизни		5	
6		Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни			5

	20	О здоровом образе жизни			1
	21	Двигательная активность и закаливание организма — необходимые условия укрепления здоровья			1
	22	Рациональное питание. Гигиена питания			1
	23	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека			1
	24	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек (практические занятия)			1
IV		<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>		8	
7		Первая медицинская помощь и правила ее оказания			8
	25	Первая медицинская помощь при различных видах повреждений			2
	26	Оказание первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении (практические занятия)			3
	27	Первая медицинская помощь при отравлениях (практические занятия)			3
		Всего часов		35	

Перечень учебно-методического обеспечения

1. ОБЖ. 5-8 классы. Школьный курс в тестах, играх, кроссвордах, заданиях с картинками / авт.-сост. Г.П. Попова. – Волгоград: Учитель, 2006.
2. Основы безопасности жизнедеятельности. Методическое пособие Латчук В.Н., Марков В.В.; М. «Дрофа» 2006
3. Преподавание ОБЖ в школе и средних специальных образовательных учреждениях. Методическое пособие. Хромов Н.И.; М. «Айрис-Пресс» 2008
4. Байбородова Л.В., Индюков Ю.В. Методика обучения основам безопасности жизнедеятельности: Метод. Пособие. – М.: Гуманит. Изд.центр ВЛАДОС, 2003. – 272 с. – (Б-ка учителя ОБЖ)