**Пояснительная записка**

Рабочая программа по «Основам Безопасности жизнедеятельности» 5 класс.

Программа рассчитана на 34 часа (1 час в неделю).

**Характеристика особенностей программы:**

Рабочая программа разработана на основе авторской программы «Основы безопасности жизнедеятельности», разработанной А.Т Смирновым (руководитель), Б.О.Хренниковым и в соответствии с федеральным компонентом Государственного стандарта среднего общего образования.

В настоящей рабочей программе реализованы требования федеральных законов:

– «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;

– «Об охране окружающей природной среды»;

– «О пожарной безопасности»;

– «О гражданской обороне»;

– «О безопасности дорожного движения» и др.

*В программе представлены два раздела, в каждом из которых выделены образовательные линии.*

Раздел I «Безопасность и защита человека в среде обитания» включает темы: «Правила безопасного по­ведения в бытовой (городской) среде», «Правила безопасного поведения в социальной среде», «Прави­ла безопасного поведения в чрезвычайных ситуаци­ях», «Государственная система защиты и обеспече­ния безопасности населения».

Раздел II «Основы медицинских знаний и здорово­го образа жизни» предусматривает изучение тем: «Ос­новы медицинских знаний» и «Основы здорового об­раза жизни».

**Цели и задачи курса:**

* Изучение правил обеспечения безопасности на транспорте;
* Продолжение изучения правил пожарной безопасности, действий учащихся при пожаре;
* Ознакомление с опасностями, угрожающими человеку в современной повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях социального и техногенного характера;
* Изучение и освоение основ медицинских знаний и правил оказания первой медицинской помощи;
* Иметь представление об основных видах здорового образа жизни;
* Знать основные понятия и основные термины правил дорожного движения.

**Главная задача курса**

дать учащимся знания, умения, навыки выживания в различных жизненных ситуациях.

Итоговый и промежуточный контроль знаний обучающихся осуществля­ется в виде тестирования.

**Содержание тем учебного курса.**

**Безопасность и защита человека в среде обитания**

*Город как источник опасности*

Особенности города как среды обитания человека. Ис­точники опасности в современном городе. Зоны повы­шенной опасности (транспорт, места массового скопле­ния людей, улицы, парки, скверы). Системы обеспече­ния безопасности города (милиция, пожарная охрана, скорая помощь, служба спасения, коммунальные и другие службы).

*Опасные ситуации в доме (в квартире)*

Характеристика городского и сельского жилища, осо­бенности его жизнеобеспечения (водо- и электроснаб­жение, отопление, канализация). Источники опаснос­ти в жилище и их характеристика. Возможные аварий­ные и опасные ситуации в жилище. Опасные вещества и средства бытовой химии. Последст­вия, возникающие при нарушении правил пользования ими. Действие опасных веществ и препаратов бытовой химии на организм человека и правила оказания помо­щи при отравлениях и ожогах. Взрывы в жилищах и их причины. Обрушение конструкций, правила безопасного поведения при взрывах иобрушениях конструкций.

Причины возникновения пожаров в жилых и общест­венных зданиях. Последствия пожаров. Меры пожар­ной безопасности при эксплуатации электробытовых и газовых приборов, отопительных печей. Правила безопасного поведения при пожаре в доме (квартире, подъезде, балконе, подвале), а также в мно­гоэтажном здании. Как действовать, если на человеке загорелась одежда или в комнате - электроприбор (те­левизор, приемник, магнитофон, компьютер), елка. Способы эвакуации из горящего здания.

Затопление жилища. Причины и возможные последст­вия. Правила поведения при затоплении жилища и ме­ры по его предотвращению.

Опасности, возникающие при нарушении правил обра­щения с электрическими и электронными приборами. Основные виды электрических и электронных прибо­ров, используемых в быту. Правила безопасного исполь­зования электрических и электронных приборов.

*Опасные ситуации на улице*

Тонкий лед и опасность передвижения по нему. Меры предосторожности при движении по льду. Правила бе­зопасного поведения в толпе. Психологическая карти­на толпы. Поведение толпы при возникновении пани­ки. Рекомендации по правилам безопасного поведения в толпе.

*Чрезвычайные ситуации на транспорте*

Современный транспорт - зона повышенной опасности. Правила безопасного поведения пешехода на дорогах. Краткая характеристика современных видов транспорта - общественного (автобус, трамвай, троллейбус, метро), железнодорожного, авиационного, водного. Правила поведения пассажира во время следования же­лезнодорожным, водным и авиационным транспортом. Правила безопасного поведения в аварийных ситуациях. Краткая характеристика пожарной опасности современ­ного транспорта: общественного (автобус, трамвай, трол­лейбус, метро), железнодорожного, водного, авиацион­ного. Правила безопасного поведения в случае возникно­вения пожара в транспорте.

*Ситуации криминогенного характера*

Поведение человека при захвате его террористами в ка­честве заложника.

Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов. Правила поведения, умень­шающие риск встречи с насильниками и хулиганами. Внешние признаки людей, способных совершить на­сильственные действия.

Самооценка поведения. Психологические приемы са­мозащиты.

Правила безопасного поведения с незнакомым челове­ком на улице, в подъезде, лифте. Правила общения с незнакомым человеком по телефону.

**Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи**

Общая характеристика повреждений и их последствий для здоровья человека. Основные правила оказания первой медицинской помощи при повреждениях раз-

личных видов. Характеристика различных видов кровотечении и их причины.

Способы остановки кровотечений (давящая повязка, наложение жгута, пережатие артерии, сгибание конечности).

**Основы здорового образа жизни**

Движение - естественная потребность организма как высокоорганизованной биологической системы. Избыток и недостаток движения - причина заболеваний человека.

Правила безопасного использования электронных приборов. Компьютер и здоровье. Половое просвещение учащихся и его роль в формировании здоровья. Изменения в организме, происходящие при половом созревании, и половые различия опорно-двигательного аппарата, внутренних органов и психики.

Факторы, формирующие репродуктивное здоровье.

**Закрепление практических навыков по пройденным темам и подготовка**

**Учебно-тематическое планирование курса**

**«Основы безопасности жизнедеятельности»**

**в 5 классе**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № | **Наименование раздела, темы** | **Кол-тво часов** |
| 1 | **Безопасность и защита человека в опасных ситуациях** | 16 |
| 2 | **Чрезвычайные ситуации.** | 3 |
| 3 | **Основы здорового образа жизни** | 5 |
| 4 | **Основы медицинских знаний** | 3 |
|  | **Контрольный урок по теме разделов** | 4 |
|  | **Практическое занятие** | 2 |
|  | **Обобщающий урок** | 1 |
|  | **Итого за год** | 34 |

**Календарно-тематическое планирование**

**ОБЖ 5 класс**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | **Наименование раздела, темы** | **Кол-тво часов** | **Дата проведения** | |
| ~~1~~ | **Безопасность и защита человека в опасных ситуациях** | 16 |  |  |
| ~~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 | 1 |  |  |
| ~~5~~ | Основы безопасности жизнедеятельности человека | 1 |  |  |
| ~~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 |  |  |
| ~~12~~ | Погодные условия и безопасность человека | 1 |  |  |
| ~~13~~ | Безопасность на водоемах | 1 |  |  |
| ~~14~~ | Криминогенные ситуации и личная безопасность | 1 |  |  |
| ~~15~~ | Обеспечение личной безопасности дома | 1 |  |  |
| ~~16~~ | Обеспечение личной безопасности на улице | 1 |  |  |
| ~~17~~ | Контрольное тестирование по теме раздела | 1 |  |  |
|  | **Чрезвычайные ситуации.** | 3 |  |  |
| ~~18~~ | ЧС природного характера. | 1 |  |  |
| ~~19~~ | ЧС техногенного характера | 1 |  |  |
| ~~20~~ | Общие правила поведения при ЧС природного характера ( практическое занятие) | 1 |  |  |
| ~~21~~ | Контрольное тестирование по теме раздела | 1 |  |  |
|  | **Основы здорового образа жизни** | 5 |  |  |
| ~~22~~ | О здоровом образе жизни | 1 |  |  |
| ~~23~~ | Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья. | 1 |  |  |
| ~~24~~ | Рациональное питание. Гигиена питания | 1 |  |  |
| ~~25~~ | Вредные привычки и их влияние на здоровье человека | 3 |  |  |
| ~~26~~ | Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек | 1 |  |  |
| ~~27~~ | Контрольное тестирование по теме раздела | 1 |  |  |
|  | **Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи** | 3 |  |  |
| ~~28~~ | ПМП при различных видах повреждений | 1 |  |  |
| ~~29~~ | Практическое занятие -ПМП при различных видах повреждений | 1 |  |  |
| ~~30~~ | Оказание ПМП при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении | 1 |  |  |
| ~~31~~ | Практическое занятие- оказание ПМП при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении | 1 |  |  |
| ~~32~~ | ПМП при отравлениях | 1 |  |  |
| ~~33~~ | Контрольное тестирование по теме раздела | 1 |  |  |
| ~~34~~ | **Обобщающий урок** | 1 |  |  |
| ~~35~~ | **Резервный урок** | 1 |  |  |

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  | **Форма контроля** | **Дата план** | **Дата факт** |
| **I** |  | **9** |  |  |  |
| 1 |  |  |  |  |  |
| 2 |  |  |  |  |  |
| 3 |  |  |  |  |  |
| 4 |  |  |  |  |  |
| 5 |  |  |  |  |  |
| 6 |  |  | Тестовые задания |  |  |
| 7 |  |  |  |  |  |
| 8 |  |  |  |  |  |
| 9 |  |  | Тестовые задания |  |  |
| **II** | **Чрезвычайные ситуации** | **1** |  |  |  |
| 10  \_\_\_  **III** | \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  **Основы здорового образа жизни** | 1  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_7 |  |  |  |
| 11 |  | 1 |  |  |  |
| 12  **\_\_\_**  13 |  | 1  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  1 | Тестовые задания |  |  |
| 14 |  | 1 |  |  |  |
| 15 |  | 1 |  |  |  |
| 16 |  | 1 | Тестовые задания |  |  |
| 17 |  | 1 |  |  |  |
| Всего часов: 17 | | | | | |

**Требования к уровню подготовки учащихся.**

Оценка «5» - ответ не требует дополнений, весь материал изложен в полном объеме. Речь хорошая.

Оценка «4» - в изложении материала допущены незначительные ошибки, неточности.

Оценка «3» - в усвоении и изложении материала имеются существенные пробелы, изложение не самостоятельное (наводящие вопросы учителя, помощь учащихся), в ответе имеются существенные ошибки.

Оценка «2» - основное содержание материала по вопросу не раскрыто.

**Требования к уровню подготовки учащихся 5 класса**

Должны:

***Знать/понимать:***

* о возможных аварийных ситуа­циях в жилище (образовательном учреждении), причины их воз­никновения и правила поведе­ния;
* правила пожар­ной безопасности и поведения припожарах;
* правила безопас­ного поведения на улицах;
* о раз­личных опасных и аварийных си­туациях, возни­кающих в обще­ственном транс­порте и правила безопасного пове­дения;
* правила поведе­ния в кримино­генных ситуаци­ях;
* правила поведения при нарушении экологического равновесия в мес­тах проживания;
* правила поведе­ния при захвате в заложники; действия по обнаружению взрывоопасного предмета;

***Уметь:***

* действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
* оказывать первую медицинскую помощь при кровотечениях;
* пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом);
* вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;
* оказывать помощи тер­пящим бедствие на воде

**использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

* обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
* соблюдения мер предосторожности и правил поведения в общественном транспорте;
* пользования бытовыми приборами и инструментами;
* проявления бдительности, безопасного поведения при угрозе террористического акта;
* обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.
* **Контроль уровня обучения.**

Контроль уровня обучения проводится в виде тестирования в конце каждой темы.

**Перечень методического обеспечения.**

1.     А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников «Основы безопасности жизнедеятельности 5 класс». М., «Просвещение», 2008г.

2.     А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин «Методические материалы и документы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности», М., «Просвещение», 2001г.

3.В.Д. Зазулинский «Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях», М., «Экзамен», 2006г.

4. О.В. Пахнутова «ОБЖ 5 класс. Поурочные планы по учебнику А.Т. Смирнова и др.», Волгоград, «Корифей», 2006г.

**Используемая литература для учащихся:**

1.    В.Н. Латчук, С.К. Миронов «Тетрадь для оценки качества знаний по Основам безопасности жизнедеятельности 5 класс», М., «Дрофа», 2008г

2.     А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников «Основы безопасности жизнедеятельности 5 класс». М., «Просвещение», 2008г.

**интернет-ресурсы**

1.<http://window.edu.ru/> единое окно доступа к образовательным ресурсам (информация о подготовке к урокам, стандарты образования, информация о новых учебниках и учебных пособиях).

2.<http://www.obzh.info> информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности).

3.<http://www.1september.ru> веб-сайт «Объединение педагогических изданий «Первое сентября» (статьи по основам безопасности жизнедеятельности в свободном доступе, имеется также архив статей).

**Приложение**