**5 класс Основы безопасности жизнедеятельности**

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности в 5 классе разработана на основе

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования,

-Концепции духовно-нравственного воспитания и развития личности гражданина России, авторской программы под ред. Н.Ф. Виноградовой., планируемых результатов основного общего образования и ориентирована на работу по **учебно – методическому комплекту:**

1.Основы безопасности жизнедеятельности :5 - 6 классы : программа / под ред. Н.Ф. Виноградовой.  - Москва : Вентана - Граф, 2016 . -  (Алгоритм Успеха)

2.Виноградова Н.Ф. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-6 классы: учебник для учащихся общеобразовательных организаций / Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В. Сидоренко и др.– 2-е издание, испр. и дораб. – М.: Вентана - Граф, 2016 год.

2.Виноградова Н.Ф. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-6 классы: методическое пособие / Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В. Сидоренко и др.– 2-е издание, испр. и дораб. – М.: Вентана - Граф, 2016 год.

**Цель изучения предмета** — развивать общую куль­туру младшего подростка, формировать осознание необходи­мости беречь своё здоровье, овладевать умениями и навыка­ми решения жизненных задач, связанных с опасными ситуа­циями.

**Основными задачами** изучения данной предметной обла­сти являются следующие:

и осознание необходимости знания правил поведения в необычных, нестандартных и чрезвычайных ситуациях, ов­ладения умением ориентироваться в них;

* воспитание способности к восприятию и оценке жиз­ненных ситуаций, таящих в себе опасность, и приобретение опыта их преодоления;
* формирование представлений о причинах возникнове­ния опасных ситуаций, правилах безопасного поведения в них;
* воспитание самоконтроля и самооценки поведения в опасных для здоровья и жизни ситуациях, развитие умения предвидеть последствия своего поведения.

Описание места учебного предмета, курса в учебном плане; количество учебных часов, на которое рассчитана рабочая программа.

На изучение курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5 классе отводится 0,5ч в неделю. Программа рассчита­на на 18 ч.

**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**

**Введение**

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности

жизнедеятельности».

**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.

**Мой безопасный дом –**

*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**

*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

Тематическое планирование ОБЖ в 5 классе

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №пп | Тема урока | Количество часов |
|  | Введение. Изучение предмета ОБЖ. |  |
|  | Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя  . |  |
|  | Системы органов .За что „отвечают" системы органов |  |
|  | Как укреплять нервную систему. |  |
|  | Как можно тренировать сердце. |  |
|  | Питаемся правильно. |  |
|  | Здоровье органов чувств. Сохраняем зрение. Слух человека и животных. |  |
|  | Здоровый образ жизни. Чистота — залог здоровья. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены |  |
|  | Движение — это жизнь. Закаливание |  |
|  | Подросток и компьютер. |  |
|  | Чистота в доме – залог здоровья. Мой безопасный дом. |  |
|  | Техника безопасности в доме. |  |
|  | Дорога в школу и обратно. |  |
|  | Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения. |  |
|  | Безопасная дорога. |  |
|  | Школьник как пассажир. |  |
|  | Итоговый контроль |  |
|  | Общие правила школьной жизни. |  |
|  | Правила поведения в школе. |  |

**Планируемые результаты изучения курса**

Основы комплексной безопасности

научится:

• классифицировать и описывать потенциально опасные бытовые ситуации и объекты экономики, расположенные в районе проживания; чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, наиболее вероятные для региона проживания;

• анализировать и характеризовать причины возникновения различных опасных ситуаций в повседневной жизни и их последствия, в том числе возможные причины и последствия пожаров, дорожно-транспортных проис-шествий (ДТП), загрязнения окружающей природной среды, чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

• выявлять и характеризовать роль и влияние человеческого фактора в возникновении опасных ситуаций, обосновывать необходимость повышения уровня культуры безопасности жизнедеятельности населения страны в современных условиях;

• формировать модель личного безопасного поведения по соблюдению правил пожарной безопасности в повседневной жизни; по поведению на дорогах в качестве пешехода, пассажира и водителя велосипеда, по минимизации отрицательного влияния на здоровье неблагоприятной окружа-ющей среды;