

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Самарской области средняя общеобразовательная школа №1 города Кинеля городского округа Кинель Самарской области имени Героя Советского Союза Г.П. Кучкина

Рассмотрена на заседании МО
Учителей гуманитарного
цикла
Протокол № 1 от «29»08.2022г.
Руководитель МО
_____ / Храмова Ю.С. /

Принята на заседании ПС
Протокол № 1 от «30»08.2022г.
Председатель ПС
_____ /С.Н.Григорьева /

Утверждаю
Директор школы
_____/Деженина Е.А. /
Приказ № ___ от

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Внеурочной деятельности
«Безопасность жизнедеятельности»
5 класс
Деженин Вадим Алексеевич, учитель географии

Пояснительная записка

Рабочая программа внеурочной деятельности «Безопасности жизнедеятельности» (далее – БЖ) для **5 - 7 класса** (далее – Рабочая программа) составлена на основе авторской образовательной программы под общей редакцией А.Т. Смирнова (программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-9 классов общеобразовательных учреждений, авторы А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников, М.В. Маслов //Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. 1-11 классы /под общей редакцией А.Т. Смирнова. - М.: Просвещение, 2011.)

Содержание программы направлено на освоение учащимися знаний, умений и навыков на базовом уровне, что соответствует образовательной программе гимназии. Она включает все темы, предусмотренные федеральным и региональным компонентом государственного образовательного стандарта основного общего образования по ОБЖ и авторской программой учебного курса.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначен для воспитания личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества.

Программа в 5 - 7 классе рассчитана на 1 час в неделю, 35 часов в год.

Цели и задачи программы обучения:

1. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни (ЗОЖ).
2. Воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью.
3. Развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в ЧС; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении ЗОЖ.
4. Овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в ЧС; оказывать ПМП пострадавшим.
5. Формирование у обучающихся научных представлений о принципах и путях снижения фактора риска в деятельности человека и общества.
6. Выработку умений предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера.
7. Освоение знаний об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях.
8. Воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды.
9. Принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и возможности.

Результаты освоения учебного предмета

Личностными результатами являются:

- 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 сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметными результатами являются:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение 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;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

-развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

-освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного и социального характера;

-формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметными результатами являются:

1. В познавательной сфере:

- знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

2. В ценностно-ориентационной сфере:

- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

- умения анализировать явления и события природного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

3.В коммуникативной сфере:

- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

4.В эстетической сфере:

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.

5.В трудовой сфере:

- знания устройства и принципов 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;

- умения оказывать первую медицинскую помощь.

6. В сфере физической культуры:

- формирование установки на здоровый образ жизни;

- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН 5 класс

№ раздел а и темы	Наименование раздела и темы	Авторска я	Данная программ
I	Безопасность и защита человека в опасных ситуациях	16	16
1	Человек, среда его обитания, безопасность человека	5	5
2	Опасные ситуации техногенного характера	6	6
3	Опасные ситуации природного характера	2	2
4	Опасные ситуации социального характера	3	3
II	Чрезвычайные ситуации	6	6
5	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	6	6
III	Основы здорового образа жизни	6	5
6	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни	6	5
IV	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской	7	7

7	Первая медицинская помощь и правила ее оказания	7	7
Всего часов		35	34

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ 5 класс

Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных ситуациях

1. Человек, среда его обитания, безопасность человека Роль, городов в развитии человеческого общества. Особенности современных городов, их деление в зависимости от количества жителей. Система жизнеобеспечения современных городов. Наиболее характерные опасные ситуации, которые могут возникнуть в городе. 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, и меры по их профилактике. Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат города. Особенности природной среды в городе. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды. 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). •

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.

2. Опасные ситуации техногенного характера Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения. Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Дорожные знаки. Светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения. Пешеход — участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге. Пассажир, общие обязанности пассажира. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом. Транспортное средство и водитель. Общие обязанности водителя. Велосипедист — водитель транспортного средства (велосипеда). Требования, предъявляемые к техническому состоянию велосипеда. Обязанности велосипедиста, правила его поведения на дороге. Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище. Личная безопасность при пожаре. Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в

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

3. Опасные ситуации природного характера. Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений. Водоёмы в черте города. Состояние водоёмов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоёмах в различное время года.

4. Опасные ситуации социального характера

Криминогенные ситуации в городе. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации. Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома. Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасные ситуации. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание 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 II. Чрезвычайные ситуации

5. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного 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. Чрезвычайные ситуации техногенного характера: аварии на радиационно -опасных объектах, аварии на пожаровзрывоопасных объектах, аварии на химических объектах. Обеспечение личной безопасности в чрезвычайных ситуациях 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 III. Основы здорового образа жизни

6. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ 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 основные составляющие здорового образа жизни. Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и

духовных качеств человека. Систематические занятия физической культурой. Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества: углеводы, жиры, белки, витамины, минеральные вещества, вода. Гигиена питания. Потенциальные возможности человека, значение образа жизни и привычек для совершенствования духовных и физических качеств. Вредные привычки (курение, употребление алкоголя), их отрицательное влияние на развитие способностей человека и его здоровье. Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного дыма на организм курящего и на окружающих. Возможные последствия постоянного курения для здоровья человека. 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. Собеседования на тему «Основы здорового образа жизни и профилактика вредных привычек». Раздел IV. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи 7. Первая медицинская помощь и правила ее оказания. Первая медицинская помощь, общее положение по оказанию первой медицинской помощи. Ситуации, при которых следует немедленно вызывать «скорую помощь», правила ее вызова. Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома. Последовательная отработка навыков в оказании первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении. 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.

Формы и средства контроля

Текущий контроль (систематическая проверка знаний, осуществляется через формы устного опроса, проверка домашнего задания, проверка тетрадей, текущие тесты, проверка с помощью компьютера) .

Тематический контроль – выявления и оценка знаний, умений и навыков учащихся, усвоенных ими после изучения логически завершенной части учебного материала.

Методы контроля

1. Устный опрос.
2. Письменные - творческие работы (сочинения), тематический реферат, презентация.

Формы контроля знаний

Массовой (групповой и фронтальной) индивидуальной (самоконтроль); комбинированный.

Формы контроля (по деятельности)

1. Урочные - традиционные: самостоятельные задания, самостоятельные работы (обучающие), рефераты

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Учебник для 5 класса (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под ред. Смирнова А.Т. «Основы безопасности жизнедеятельности». Издательство «Просвещение», 2013 г).

Учебник для 6 класса (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под ред. Смирнова А.Т. «Основы безопасности жизнедеятельности». Издательство «Просвещение», 2013 г).

Учебник для 7 класса (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под ред. Смирнова А.Т. «Основы безопасности жизнедеятельности». Издательство «Просвещение», 2014 г).

Список литературы

УМК под редакцией А.Т. Смирнова дополняют методические и справочные издания издательства «Просвещение»:

- Смирнов А.Т., Хренников Б.О. и др. Основы безопасности жизнедеятельности. Справочник для учащихся. 5-11 кл.
- Смирнов А.Т., Маслов М.В., Мишин Б.И. Итоговая аттестация. Основы безопасности жизнедеятельности. Сборник заданий для проведения экзамена в 9 кл. (ко всем учебникам ОБЖ). Пособие для учителя.

В 2008 году издательство выпустило в свет учебно-методический комплект «Безопасность дорожного движения» для основной школы (под общей редакцией Смирнова А.Т.), который дополняет учебно-методический комплект «Основы безопасности жизнедеятельности». УМК «Безопасность дорожного движения» включает:

- Рыбин А.Л., Маслов М.В. Под ред. Смирнова А.Т. Обучение правилам дорожного движения. Методическое пособие. 5-9 кл.
- Рыбин А.Л., Маслов М.В. Под ред. Смирнова А.Т. Дорожное движение. Безопасность пешеходов, пассажиров, водителей. 5-9 классы. Пособие для учащихся общеобразовательных учреждений.
- Рыбин А.Л., Хренников Б.О., Маслов М.В. Безопасность дорожного движения. 5-9 классы. Учебно-наглядное пособие для учащихся. В 2 частях. Часть первая. (12 плакатов). Часть вторая. (12 плакатов).

- Настольная книга учителя основ безопасности жизнедеятельности/Сост. Б.И. Мишин. – М.: ООО «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2003.

- Игровые занятия в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности». А.А. Михайлов. 5 – 9 кл. – М.: Дрофа, 2009

- Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека. 5 – 11 кл.: учебно-методическое пособие/ В.Н. Латчук, С.К. Миронов. - М.: Дрофа, 2004

-Основы безопасности жизнедеятельности. Защита от чрезвычайных ситуаций: энциклопедический справочник. 5 – 11 классы/ В.А. Акимов, Р.А. Дурнев, С.К. Миронов.- М.: Дрофа, 2008.-285

-Соловьев С.С. Основы безопасности жизнедеятельности. Алкоголь, табак и наркотики – главные враги здоровья человека. 5-11 кл.: учебно-методическое пособие / С.С. Соловьев. – 2-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2006.

-Справочник классного руководителя: внеклассная работа в школе по изучению Правил дорожного движения / авт.-сост. В.Е. Амелина. – М.: Глобус, 2006.

Мультимедийные пособия в помощь преподавателю – организатору ОБЖ

1. CD-ROM: электронная книга – «Здоровье» (психологические тесты). – М.: Издательский дом «Равновесие», 2004

2. CD-ROM: библиотека электронных наглядных пособий ОБЖ – 5 – 11 классы. Минобразование РФ. РЦЭМГО «Кирилл и Мефодий», 2003

3 D-ROM: мультимедиа - обучение - «БЖД. СПОРТ. ВОЕННОЕ ДЕЛО». М.: ООО «ИДДК ГРУПП», «Мультимедиа- издательство «Адепт», 2004

1. Тесты по основам безопасности жизнедеятельности. 7 класс. Электронное издание для обучения детей в диалоговом режиме. – М.: МЧС России, ООО «Кирилл и Мефодий», 2005.

4 D-ROM: мультимедиа - электронный учебник 7 класс

5 CD-ROM:: электронный учебник – «оказание первой медицинской помощи»

Сайты в помощь преподавателю-организатору ОБЖ

Название сайта	Электронный адрес
Совет безопасности РФ	http://www.scrf.gov.ru
Министерство внутренних дел РФ	http://www.mvd.ru/
МЧС России	http://www.emercom.gov.ru
Министерство здравоохранения РФ	http://www.minzdrav-rf.ru
Министерство обороны РФ	http://www.mil.ru
Министерство образования и науки РФ	http://www.ed.gov.ru
Министерство природных ресурсов РФ	http://www.mnr.gov.ru
Федеральная служба железнодорожных войск РФ	http://www.fsgv.ru
Федеральная служба России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды	http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm
Федеральная пограничная служба	http://www.fps.gov.ru
Федеральный надзор России по ядерной и	http://www.gan.ru

радиационной безопасности	
Русский образовательный портал	http://www.gov.ed.ru
Академия повышения квалификации работников образования	http://www.apkro.ru
Федеральный образовательный портал	http://www.school.edu.ru
Федеральный портал «Российское образование»	http://www.edu.ru
Портал компании «Кирилл и Мефодий»	http://www.km.ru
Образовательный портал «Учеба»	http://www.uroki.ru
Журнал «Курьер образования»	http://www.courier.com.ru
Журнал «Вестник образования»	http://www.vestnik.edu.ru
Издательский дом «Профкнига»	http://www.profkniga.ru
Издательский дом «1 сентября»	http://www.1september.ru
Издательский дом «Армпресс»	http://www.armpress.info
Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» (издательский дом «1 сентября»)	http://festival.1september.ru/
Энциклопедия безопасности	http://www.opasno.net/
Личная безопасность	http://personal-safety.redut-7.ru/
Образовательные ресурсы Интернета- Безопасность жизнедеятельности	http://www.alleng.ru/
«Мой компас» (безопасность ребёнка)	http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det
Информационно-методическое издание для преподавателей ОБЖ-МЧС России	http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html
Эконавт-CATALOG (электронный каталог интернет ресурсов по Охране труда, Безопасности дорожного движения, Безопасности жизнедеятельности)	http://www.econavt-catalog.ru/
Портал Всероссийской олимпиады школьников	http://rusolymp.ru/
Образовательные ресурсы Интернета – Безопасность жизнедеятельности	http://www.alleng.ru/edu/saf.htm
Безопасность. Образование. Человек.	// http://www.bezopasnost.edu66.ru

Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё о Безопасности Жизнедеятельности	
Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях	http:// www.hardtime.ru