

ГБОУ СОШ № 436

Подписано электронной подписью

Директор государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средняя общеобразовательная школа № 436 Петродворцового района Санкт-Петербурга имени Е.Б. Ефета

Приложение к ООП ООО

РАЗРАБОТАНА И ПРИНЯТА
Педагогическим советом
ГБОУ СОШ № 436
Протокол № _____
от «___» _____ 20__ г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ СОШ № 436
_____/ М.А. Есипенко
Приказ № _____
от «___» _____ 20__ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета
«Основы безопасности жизнедеятельности»
для 5 класса основного общего образования
на 2022 - 2023 учебный год

Составитель: преподаватель-организатор ОБЖ
Есипенко Олег Владимирович, высшей категории

Санкт-Петербург
2022

Пояснительная записка

Рабочая программа «Основы безопасности жизнедеятельности» для обучающихся 5 классов разработана на основе:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (далее - ФГОС основного общего образования);

- федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, утвержденного приказом Минпросвещения России от 20.05.2020 № 254 (изменениями, внесенными в федеральный перечень учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, утвержденный приказом Минпросвещения России от 20.05.2020 № 254, утвержденные приказом Минпросвещения России от 23.12.2020 № 766);

- перечня организаций, осуществляющих выпуск учебных пособий, которые допускаются к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.06.2016 № 699;

- календарного учебного графика Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №436 Петродворцового района Санкт-Петербурга имени Е.Б. Ефета на 2022-2023 учебный год (протокол Педагогического совета №6 от 16.05.2022 г., приказ №77 от 16.05.2022 г.);

- учебного плана основной образовательной программы основного общего образования Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №436 Петродворцового района Санкт-Петербурга имени Е.Б. Ефета на 2022-2023 учебный год (протокол Педагогического совета №6 от 16.05.2022 г., приказ №77 от 16.05.2022 г.);

- Устава Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы № 436 Петродворцового района Санкт-Петербурга имени Е.Б. Ефета;

- Положения о рабочей программе по учебному предмету педагога Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школы №436 Петродворцового района Санкт-Петербурга (протокол Педагогического совета №10 от 20.05.2019 г., приказ №135 от 6.06.2019 г.)

- Рабочей программы по Основам безопасности жизнедеятельности: 5 - 9 классы: рабочая программа / Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов, А. Б. Таранин. — М.: Вентана-Граф, 2017 г.

Настоящая Программа обеспечивает:

- ясное понимание обучающимися современных проблем безопасности и формирование у подрастающего поколения базового уровня культуры безопасного поведения;

- прочное усвоение обучающимися основных ключевых понятий, обеспечивающих преемственность изучения основ комплексной безопасности личности на следующем уровне образования;

- возможность выработки и закрепления у обучающихся умений и навыков, необходимых для последующей жизни;

- выработку практико-ориентированных компетенций, соответствующих потребностям современности;

- реализацию оптимального баланса межпредметных связей и их разумное взаимодополнение, способствующее формированию практических умений и навыков.

Общая характеристика предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Появлению учебного предмета ОБЖ способствовали колоссальные по масштабам и последствиям техногенные катастрофы, произошедшие на территории нашей страны в 80-е годы XX столетия: катастрофа теплохода «Александр Суворов» в результате столкновения с пролётом Ульяновского моста через Волгу (5 июня 1983 г.), взрыв четвёртого ядерного реактора на Чернобыльской АЭС (26 апреля 1986 г.), химическая авария с выбросом аммиака на производственном объединении «Азот» в г. Ионаве (20 марта 1989 г.), взрыв двух пассажирских поездов под Уфой в результате протечки трубопровода и выброса сжиженной газово-бензиновой смеси (3 июня 1989 г.). Государство столкнулось с серьёзными вызовами, в ответ на которые требовался быстрый и адекватный ответ. Пришло понимание необходимости скорейшего внедрения в сознание граждан культуры безопасности жизнедеятельности, формирования у подрастающего поколения модели индивидуального безопасного поведения, стремления осознанно соблюдать нормы и правила безопасности в повседневной жизни. В связи с этим введение в нашей стране обучения основам безопасности жизнедеятельности явилось важным и принципиальным достижением как для отечественного, так и для мирового образовательного сообщества.

В условиях современного исторического процесса с появлением новых глобальных и региональных природных, техногенных, социальных вызовов и угроз безопасности России (критичные изменения климата, негативные медико-биологические, экологические, информационные факторы и другие условия жизнедеятельности) возрастает приоритет вопросов безопасности, их значение не только для самого человека, но также для общества и государства. При этом центральной проблемой безопасности жизнедеятельности остаётся сохранение жизни и здоровья каждого человека.

В данных обстоятельствах колоссальное значение приобретает качественное образование подрастающего поколения россиян, направленное на формирование гражданской идентичности, воспитание личности безопасного типа, овладение знаниями, умениями, навыками и компетенцией для обеспечения безопасности в повседневной жизни. Актуальность совершенствования учебно-методического обеспечения учебного процесса по предмету ОБЖ определяется системообразующими документами в области безопасности: Стратегия национальной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 02.07.2021 № 400), Доктрина информационной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 5 декабря 2016 г. № 646), Национальные цели развития Российской Федерации на период до 2030 года (Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474), Государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» (Постановление Правительства РФ от 26.12.2017 г. № 1642).

Современный учебный предмет ОБЖ является системообразующим, имеет свои дидактические компоненты во всех без исключения предметных областях и реализуется через приобретение необходимых знаний, выработку и закрепление системы взаимосвязанных навыков и умений, формирование компетенций в области безопасности, поддержанных согласованным изучением других учебных предметов. Научной базой учебного предмета ОБЖ является общая теория безопасности, исходя из которой он должен обеспечивать формирование целостного видения всего комплекса проблем безопасности, включая глобальные, что позволит обосновать оптимальную систему обеспечения безопасности личности, общества и государства, а также актуализировать для обучающихся построение адекватной модели индивидуального безопасного поведения в повседневной жизни, сформировать у них базовый уровень культуры безопасности жизнедеятельности.

В настоящее время с учётом новых вызовов и угроз подходы к изучению учебного предмета ОБЖ несколько скорректированы. Он входит в предметную область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности», является обязательным для изучения на уровне основного общего образования. Изучение ОБЖ направлено на обеспечение формирования базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности, что способствует выработке у обучающихся умений распознавать угрозы, избегать опасности,

нейтрализовывать конфликтные ситуации, решать сложные вопросы социального характера, грамотно вести себя в чрезвычайных ситуациях. Такой подход содействует закреплению навыков, позволяющих обеспечивать защиту жизни и здоровья человека, формированию необходимых для этого волевых и морально-нравственных качеств, предоставляет широкие возможности для эффективной социализации, необходимой для успешной адаптации обучающихся к современной техно-социальной и информационной среде, способствует проведению мероприятий профилактического характера в сфере безопасности.

Цели изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Целью изучения учебного предмета ОБЖ на уровне основного общего образования является формирование у обучающихся базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:

- способность построения модели индивидуального безопасного поведения на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин, механизмов возникновения и возможных последствий различных опасных и чрезвычайных ситуаций, знаний и умений применять необходимые средства и приемы рационального и безопасного поведения при их проявлении;
- сформированность активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного безопасного поведения в интересах безопасности личности, общества и государства;
- знание и понимание роли государства и общества в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

Место предмета в учебном плане.

В учебном плане школы на 2022-2023 учебный год на изучение курса отводится 1 час в неделю, 34 учебных недель, итого 34 часа в год.

В рабочую программу по ОБЖ для 5 класса включен модуль «Дорожная безопасность» по курсу основ безопасности жизнедеятельности для 6 классов. Авторы: Данченко С.П., Толочко Е.И., СПб АППО, Санкт-Петербург, 2020 г., рекомендованный к использованию Комитетом по образованию правительства Санкт-Петербурга:

- Дорожно-транспортные происшествия.
- Современные транспортные средства – источник повышенной опасности.
- Дорога – зона повышенной опасности.
- Обязанности пешеходов.

Содержание учебного предмета

Глава № 1. «Организм человека и его безопасность».

За что «отвечают» системы органов. Как укреплять нервную систему. Как можно тренировать сердце. Развиваем дыхательную систему. Питаемся правильно. Здоровье органов чувств. Проектная деятельность. Исследовательская деятельность по темам: «Слух человека и животных. Сравнительная характеристика». «Как сохранить обоняние? «Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его».

Глава № 2. «Здоровый образ жизни».

Что влияет на здоровье. Чистота - залог здоровья. Движение - это жизнь. Закаливание. Компьютер и здоровье.

Глава № 3. «Мой безопасный дом».

Наводим в доме чистоту. Дела домашние: техника безопасности.

Глава № 4. «Школьная жизнь».

Правила поведения в школе. Если в школе пожар...

Глава № 5. Дорожная безопасность.

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Дорога в школу и обратно. Дорожно-транспортные происшествия. Современные транспортные

средства – источник повышенной опасности. Дорога – зона повышенной опасности. Обязанности пешеходов. Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения. Безопасная дорога. Школьник как пассажир.

Планируемые образовательные результаты

Личностные результаты

Настоящая Программа чётко ориентирована на выполнение требований, устанавливаемых ФГОС к результатам освоения основной образовательной программы (личностные, метапредметные и предметные), которые должны демонстрировать обучающиеся по завершении обучения в основной школе.

Личностные результаты достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения. Способствуют процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, формирования внутренней позиции личности и проявляются в индивидуальных социально значимых качествах, которые выражаются прежде всего в готовности обучающихся к саморазвитию, самостоятельности, инициативе и личностному самоопределению; осмысленному ведению здорового и безопасного образа жизни и соблюдению правил экологического поведения; к целенаправленной социально значимой деятельности; принятию внутренней позиции личности как особого ценностного отношения к себе, к окружающим людям и к жизни в целом.

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе.

1. Патриотическое воспитание:

- осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране;

- формирование чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга — защите Отечества.

2. Гражданское воспитание:

- готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; представление о способах противодействия коррупции; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении; готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней);

- сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства;

- понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, осмысление роли государства и общества в решении задачи защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- знание и понимание роли государства в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических

средств, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации, формирование веротерпимости, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, развитие способности к конструктивному диалогу с другими людьми.

3. Духовно-нравственное воспитание:

- ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать своё поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства;

- развитие ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключающего употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесение иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;

- формирование личности безопасного типа, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности других людей.

4. Эстетическое воспитание:

- формирование гармоничной личности, развитие способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни;

- понимание взаимозависимости счастливого юношества и безопасного личного поведения в повседневной жизни.

5. Ценности научного познания:

- ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой; овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия;

- формирование современной научной картины мира, понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространённых видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы);

- установка на осмысление опыта, наблюдений и поступков, овладение способностью оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей.

6. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия:

- понимание личностного смысла изучения учебного предмета ОБЖ, его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства;

- осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели;

- умение принимать себя и других, не осуждая;

- умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, уметь управлять собственным эмоциональным состоянием;

- сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека.

7. Трудовое воспитание:

- установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания; осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого; готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей;

- укрепление ответственного отношения к учёбе, способности применять меры и средства индивидуальной защиты, приёмы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

- овладение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях;

- установка на овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды).

8. Экологическое воспитание:

- ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности экологической направленности;

- освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся межпредметных понятий (используются в нескольких предметных областях и позволяют связывать знания из различных дисциплин в целостную научную картину мира) и универсальных учебных действий (познавательные, коммуникативные, регулятивные); способность их использовать в учебной, познавательной и социальной практике. Выражаются в готовности к самостоятельному планированию и осуществлению учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, к участию в построении индивидуальной образовательной траектории; овладению навыками работы с информацией: восприятие и создание информационных текстов в различных форматах, в том числе в цифровой среде.

Метапредметные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны отражать:

1. Овладение универсальными познавательными действиями.

Базовые логические действия:

- выявлять и характеризовать существенные признаки объектов (явлений);
- устанавливать существенный признак классификации, основания для обобщения и сравнения, критерии проводимого анализа;

- с учётом предложенной задачи выявлять закономерности и противоречия в рассматриваемых фактах, данных и наблюдениях; предлагать критерии для выявления закономерностей и противоречий;

- выявлять дефициты информации, данных, необходимых для решения поставленной задачи;
- выявлять причинно-следственные связи при изучении явлений и процессов; делать выводы с использованием дедуктивных и индуктивных умозаключений, умозаключений по аналогии, формулировать гипотезы о взаимосвязях;
- самостоятельно выбирать способ решения учебной задачи (сравнивать несколько вариантов решения, выбирать наиболее подходящий с учётом самостоятельно выделенных критериев).

Базовые исследовательские действия:

- формулировать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между рассматриваемым и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) повседневной жизни;
- обобщать, анализировать и оценивать получаемую информацию, выдвигать гипотезы, аргументировать свою точку зрения, делать обоснованные выводы по результатам исследования;
- проводить (принимать участие) небольшое самостоятельное исследование заданного объекта (явления), устанавливать причинно-следственные связи;
- прогнозировать возможное дальнейшее развитие процессов, событий и их последствия в аналогичных или сходных ситуациях, а также выдвигать предположения об их развитии в новых условиях и контекстах.

Работа с информацией:

- применять различные методы, инструменты и запросы при поиске и отборе информации или данных из источников с учётом предложенной учебной задачи и заданных критериев;
- выбирать, анализировать, систематизировать и интерпретировать информацию различных видов и форм представления;
- находить сходные аргументы (подтверждающие или опровергающие одну и ту же идею, версию) в различных информационных источниках;
- самостоятельно выбирать оптимальную форму представления информации и иллюстрировать решаемые задачи несложными схемами, диаграммами, иной графикой и их комбинациями;
- оценивать надёжность информации по критериям, предложенным педагогическим работником или сформулированным самостоятельно;
- эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Овладение системой универсальных познавательных действий обеспечивает сформированность когнитивных навыков обучающихся.

2. Овладение универсальными коммуникативными действиями.

Общение:

- уверенно высказывать свою точку зрения в устной и письменной речи, выражать эмоции в соответствии с форматом и целями общения, определять предпосылки возникновения конфликтных ситуаций и выстраивать грамотное общение для их смягчения;
- распознавать невербальные средства общения, понимать значение социальных знаков и намерения других, уважительно, в корректной форме формулировать свои взгляды;
- сопоставлять свои суждения с суждениями других участников диалога, обнаруживать различие и сходство позиций;
- в ходе общения задавать вопросы и выдавать ответы по существу решаемой учебной задачи, обнаруживать различие и сходство позиций других участников диалога;
- публично представлять результаты решения учебной задачи, самостоятельно выбирать наиболее целесообразный формат выступления и готовить различные презентационные материалы.

Совместная деятельность (сотрудничество):

- понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы при решении конкретной учебной задачи;

- планировать организацию совместной деятельности (распределять роли и понимать свою роль, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, подчиняться, выделять общую точку зрения, договариваться о результатах);

- определять свои действия и действия партнёра, которые помогали или затрудняли нахождение общего решения, оценивать качество своего вклада в общий продукт по заданным участниками группы критериям, разделять сферу ответственности и проявлять готовность к предоставлению отчёта перед группой.

Овладение системой универсальных коммуникативных действий обеспечивает сформированность социальных навыков и эмоционального интеллекта обучающихся.

3. Овладение универсальными учебными регулятивными действиями.

Самоорганизация:

- выявлять проблемные вопросы, требующие решения в жизненных и учебных ситуациях;

- аргументированно определять оптимальный вариант принятия решений, самостоятельно составлять алгоритм (часть алгоритма) и способ решения учебной задачи с учётом собственных возможностей и имеющихся ресурсов;

- составлять план действий, находить необходимые ресурсы для его выполнения, при необходимости корректировать предложенный алгоритм, брать ответственность за принятое решение.

Самоконтроль (рефлексия):

- давать адекватную оценку ситуации, предвидеть трудности, которые могут возникнуть при решении учебной задачи, и вносить коррективы в деятельность на основе новых обстоятельств;

- объяснять причины достижения (недостижения) результатов деятельности, давать оценку приобретённому опыту, уметь находить позитивное в произошедшей ситуации;

- оценивать соответствие результата цели и условиям.

Эмоциональный интеллект:

- управлять собственными эмоциями и не поддаваться эмоциям других, выявлять и анализировать их причины;

- ставить себя на место другого человека, понимать мотивы и намерения другого, регулировать способ выражения эмоций.

Принятие себя и других:

- осознанно относиться к другому человеку, его мнению, признавать право на ошибку свою и чужую;

- быть открытым себе и другим, осознавать невозможность контроля всего вокруг.

Овладение системой универсальных учебных регулятивных действий обеспечивает формирование смысловых установок личности (внутренняя позиция личности) и жизненных навыков личности (управления собой, самодисциплины, устойчивого поведения).

Предметные результаты

Предметные результаты характеризуют сформированностью у обучающихся основ культуры безопасности жизнедеятельности и проявляются в способности построения и следования модели индивидуального безопасного поведения и опыте её применения в повседневной жизни.

Приобретаемый опыт проявляется в понимании существующих проблем безопасности и усвоении обучающимися минимума основных ключевых понятий, которые в дальнейшем будут использоваться без дополнительных разъяснений, приобретении систематизированных знаний основ комплексной безопасности личности, общества и государства, индивидуальной системы здорового образа жизни, антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, овладении базовыми медицинскими знаниями и практическими умениями безопасного поведения в повседневной жизни.

Предметные результаты по предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» должны обеспечивать:

По учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»:

1) сформированность культуры безопасности жизнедеятельности на основе освоенных знаний и умений, системного и комплексного понимания значимости безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций для личности, общества и государства;

2) сформированность социально ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключающего употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесения иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих;

3) сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства;

4) понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств;

5) сформированность чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга — защите Отечества;

6) знание и понимание роли государства и общества в решении задачи обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального (в том числе террористического) характера;

7) понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространённых видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы);

8) овладение знаниями и умениями применять меры и средства индивидуальной защиты, приёмы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

9) освоение основ медицинских знаний и владение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях;

10) умение оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей;

11) освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания;

12) овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций во время пребывания в различных средах (бытовые условия, дорожное движение, общественные места и социум, природа, коммуникационные связи и каналы).

Достижение результатов освоения программы основного общего образования обеспечивается посредством включения в указанную программу предметных результатов освоения разделов учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

Распределение предметных результатов, формируемых в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, по учебным главам:

Глава № 1. «Организм человека и его безопасность».

- смысл понятия «здоровье», содержание и значение для человека;
- факторы, влияющие на здоровье человека;
- чем человек отличается от животных;
- почему нужно знать свой организм, иметь представление о системе органов;
- каково строение нервной системы человека;
- как обеспечить нормальную работу нервной системы;
- что «любит» и чего не «любит» нервная система;
- что такое сердце;
- Какова его роль в жизнедеятельности организма;

- правила бережного отношения к дыхательной системе;
- как тренировать дыхательную систему;
- что такое правильное (рациональное) питание;
- принцип сбалансированности питания в виде пирамиды;
- сколько органов чувств у человека;
- какую роль они играют в восприятии человеком окружающего мира;
- уметь выполнять дыхательные упражнения (тренировать дыхательную систему);
- знать дыхательные упражнения для утренней гимнастики;
- уметь измерять пульс;
- уметь проводить гимнастику для глаз;
- знать, что такое проектная деятельность;
- уметь выбирать тему для проекта;
- иметь представление об оценке проектной деятельности.

Глава № 2. «Здоровый образ жизни».

- смысл понятий «здоровый образ жизни», содержание и значение для человека;
- элементы здорового образа жизни, ответственность за сохранение здоровья;
- что влияет на здоровье;
- знать правила личной гигиены;
- как правильно мыть фрукты;
- что такое дизентерия, педикулез;
- знать, чем полезны занятия физической культурой;
- что такое закаливание;
- влияние закаливания на организм человека;
- как влияет компьютер на здоровье человека;
- правила техники безопасности и гигиены при работе на компьютере.

Глава № 3. «Мой безопасный дом».

- правила наведения чистоты;
- с чего начать и как убирать квартиру;
- план уборки квартиры
- правила мытья посуды;
- правила безопасности при пользовании электроприборами;
- безопасность пользования бытовым газом;
- первая помощь при отравлении бытовым газом.

Глава № 4. «Школьная жизнь».

- общие правила поведения в школе;
- поведения на занятиях;
- поведения до начала занятий, в перерывах между занятиями и после окончания занятий;
- поведение, которое поводит к беде;
- что делать, если кружится голова;
- первая помощь при носовом кровотечении;
- что делать, если в школе чувствуете себя нездоровым;
- уметь ориентироваться в школе;
- как при пожаре покинуть помещение школы согласно плану эвакуации;
- правила поведения при пожаре в школе;
- первая помощь при отравлении угарным газом.

Глава № 5. Дорожная безопасность.

- цель и задачи учебного предмета ОБЖ, его ключевые понятия и значение для человека;
- смысл понятий «опасность», «безопасность», «риск», «культура безопасности жизнедеятельности»;

- правила дорожного движения и их значение, условия обеспечения безопасности участников дорожного движения;
- дорожно-транспортные происшествия и причины их возникновения;
- основные факторы риска возникновения дорожно-транспортных происшествий;
- порядок действий очевидца дорожно-транспортного происшествия;
- порядок действий при пожаре на транспорте;
- особенности различных видов транспорта (подземного, железнодорожного, водного, воздушного);
- правила дорожного движения и дорожные знаки для пешеходов;
- «дорожные ловушки» и правила их предупреждения;
- световозвращающие элементы и правила их применения;
- правила дорожного движения для пассажиров;
- обязанности пассажиров маршрутных транспортных средств, ремень безопасности и правила его применения;
- порядок действий пассажиров при различных происшествиях в маршрутных транспортных средствах, в том числе вызванных террористическим актом;
- правила дорожного движения для водителя велосипеда и иных индивидуальных средств передвижения (электросамокаты, гироскутеры, моноколёса, сигвеи и т. п.);
- дорожные знаки для водителя велосипеда, сигналы велосипедиста;
- правила подготовки велосипеда к пользованию;
- первая помощь и последовательность её оказания;
- правила и приёмы оказания первой помощи при различных травмах в результате чрезвычайных ситуаций на транспорте.

Тематическое планирование

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения (период)	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контроль ные работы	Практические работы				
Глава 1. Организм человека и его безопасность.								
1.1	За что «отвечают» системы органов.	2	0	0	2 неделя 3 неделя	Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомни». Совместная деятельность в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи.	Устный опрос	https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-2-obzh-5-klass-5159361.html?ysclid=16v1nsxoac682324549
1.2	Как укреплять нервную систему.	1	0	0	4 неделя	Участие в учебном диалоге «Укрепляем нервную систему». Практическая деятельность: разучиваем упражнения. Работа в группах составление плана укрепления нервной системы «Что мы обязательно должны сделать каждый день, чтобы укреплять нервную систему».	Устный опрос	https://www.youtube.com/watch?v=v5iFkhwtIxY
1.3	Как можно тренировать сердце.	1	0	1	5 неделя	Практическая работа: «Учимся измерять пульс».	Письменный контроль	https://www.youtube.com/watch?v=h7T9NcIRx2s&t=60s
1.4	Развиваем дыхательную систему.	1	0	1	6 неделя	Практическая работа: «Развиваем дыхательную систему». Практическая деятельность: «Дыхательные упражнения».	Устный опрос	https://infourok.ru/prezentaciya-po-obzh-na-temu-razvivaem-dihatelnuyu-sistemu-klass-1373661.html?ysclid=16v1scj053159616951

1.5	Питаемся правильно.	1	0	0	7 неделя	Чтение и анализ текста учебника «Рациональное питание – что это такое». Участие в диалоге по теме. Анализ схемы (пирамиды) сбалансированного питания.	Устный опрос	https://www.youtube.com/watch?v=-9yyNUVt8W0
1.6	Здоровье органов чувств.	1	0	1	8 неделя	Оценка выполнения тестовых заданий (самоконтроль). Практическая работа: «Гимнастика для глаз».	Тестирование	https://www.youtube.com/watch?v=wZWltPlQEtm
1.7	Проектная деятельность. Исследовательская деятельность по темам: «Слух человека и животных. Сравнительная характеристика». «Как сохранить обоняние? «Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его».	2	0	0	9 неделя 10 неделя	Обсуждение представленных проектов.	Устный опрос	https://www.youtube.com/watch?v=ZhxT9E9paWg
Итого по разделу:		9	0	3				
Глава 2. Здоровый образ жизни.								
2.1	Что влияет на здоровье.	1	0	0	15 неделя	Анализ диаграммы «Что влияет на здоровье». Оценка своего состояния (анализ ответов на вопросы теста). Учебный диалог (обсудим вместе): анализ жизненных ситуаций.	Устный опрос	https://www.youtube.com/watch?v=29gVvx_waI
2.2	Чистота - залог здоровья.	1	0	0	16 неделя	Совместная деятельность в парах: оценка «вредных» советов. Совместная деятельность в группах: составление памятки «Правила личной гигиены».	Устный опрос	https://www.youtube.com/watch?v=ZVAaSY7DbrU

2.3	Движение - это жизнь.	1	0	1	17 неделя	Практическая деятельность: «Упражнения и игры в спортивном зале».	Письменный контроль	https://www.youtube.com/watch?v=5Cq4RnrcN NY
2.4	Закаливание.	1	0	0	18 неделя	Участие в учебном диалоге «Что такое закаливание». Практическая работа составление программы закаливания. Анализ информации, предоставленной в рубрике «Медицинская страничка».	Устный опрос	https://www.youtube.com/watch?v=-9ia3ORIqFo
2.5	Компьютер и здоровье.	1	0	0	19 неделя	Самоанализ и самооценка проведения и организации деятельности. Анализ информации, представленной в тексте учебника. Практическая деятельность: «Правила работы с компьютером». Совместная деятельность в парах: анализ иллюстративного материала по теме урока.	Тестирование	https://www.youtube.com/watch?v=ZK98UHZ7z6M
Итого по разделу:		5	0	1				
Глава 3. Мой безопасный дом.								
3.1	Наводим в доме чистоту.	1	0	0	20 неделя	Совместная деятельность в парах: составление плана уборки квартиры, правил мытья посуды.	Устный опрос	https://www.youtube.com/watch?v=3VcziHiQH-M
3.2	Дела домашние: техника безопасности.	3	0	0	21 неделя 22 неделя 23 неделя	Анализ в учебном диалоге: анализ высказываний. Работа с текстом учебника, формулирование вывода. Участие в учебном диалоге: анализ текста и иллюстраций	Письменный контроль Устный опрос Тестирование	https://www.youtube.com/watch?v=ov0FIgI42NE

						(техника безопасности). Анализ информации, предоставленной в рубрике «Медицинская страничка».		
Итого по разделу:		4	0	0				
Глава 4. Школьная жизнь.								
4.1	Правила поведения в школе.	2	0	0	29 неделя 30 неделя	Работа в группах: рисование плана школы с указанием основных помещений. Чтение и анализ текста учебника. «Поведение на занятиях». Работа с рубрикой: «Проверь себя».	Устный опрос Письменный контроль	https://vk.com/video-173409963_456239789
4.2	Если в школе пожар...	3	0	1	31 неделя 32 неделя 33 неделя	Работа с рубрикой: «Вспомни», как мы ориентируемся в школьных помещениях. Чтение и обсуждение текста: правила поведения при пожаре. Анализ информации, предоставленной в рубрике «Медицинская страничка». Оценка выполнения тестовых заданий (самоконтроль). Практическая работа: «Действия при пожаре в школе».	Устный опрос Тестовые задания Тестирование	https://www.youtube.com/watch?v=6WlbMjn00oo
4.3	Урок (резерв).	1	0	0	34 неделя		Устный опрос	
Итого по разделу:		6	0	1				

Раздел V. Дорожная безопасность.								
5.1	Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Дорога в школу и обратно.	1	0	0	1 неделя	Объясняют цель и задачи предмета ОБЖ, его ключевые понятия. Самоанализ и самооценка поведения (на дорогах и улицах). Практическая работа: «Выбор безопасного маршрута от дома до школы и обратно».	Устный опрос	https://vk.com/video/playlist/-204082787_2?section=playlist_2&ysclid=l6v1a1b8jj576153691&z=video-204082787_456239035%2Fclub204082787%2Fpl_-204082787_2
5.2	Дорожно-транспортные происшествия.	1	0	0	11 неделя	Участие в учебном диалоге: обсуждение ситуаций, связанными с причинами ДТП (по вине пешехода, водителя). Совместная деятельность в группах: анализ иллюстрированного материала.	Устный опрос	https://vk.com/video/playlist/-204082787_2?section=playlist_2&ysclid=l6v1a1b8jj576153691&z=video-204082787_456239043%2Fclub204082787%2Fpl_-204082787_2
5.3	Современные транспортные средства – источник повышенной опасности.	1	0	0	12 неделя	Участие в учебном диалоге: «Краткие сведения и технические характеристики транспортных средств. Понятие остановочного и тормозного пути автомобиля».	Письменный контроль	https://vk.com/video/playlist/-204082787_2?section=playlist_2&ysclid=l6v1a1b8jj576153691&z=video-204082787_456239044%2Fclub204082787%2Fpl_-204082787_2
5.4	Дорога – зона повышенной опасности.	1	0	0	13 неделя	Участие в учебном диалоге: «Что такое дорога, элементы дороги, наиболее опасные места на дороге, движение к маршрутному транспорту на посадку, посадка в транспорт».	Устный опрос	https://vk.com/video/playlist/-204082787_2?section=playlist_2&ysclid=l6v1a1b8jj576153691&z=video-204082787_456239050%2Fclub204082787%2Fpl_-204082787_2
5.5	Обязанности пешеходов.	1	0	0	14 неделя	Участие в учебном диалоге: обсуждение ситуаций, связанных с дорожными ловушками.	Тестовые задания	https://vk.com/video/playlist/-204082787_2?section=playlist_2&ysclid=l6v1a1b8jj576153691&z=video-204082787_456239050%2Fclub204082787%2Fpl_-204082787_2

						Оценка выполнения тестовых заданий (самоконтроль).		8jj576153691&z=video-204082787_456239038%2Fclub204082787%2Fpl_-204082787_2
5.6	Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения.	2	0	0	24 неделя 25 неделя	Участие в учебном диалоге: обсуждение ситуаций, связанных с дорожными ловушками. Совместная деятельность в группах: анализ иллюстрированного материала. Характеризуют правила дорожного движения для пешеходов и пассажиров. Оценка выполнения тестовых заданий (самоконтроль)	Устный опрос Тестовые задания	https://vk.com/video/playlist/-204082787_2?section=playlist_2&ysclid=l6v1a1b8jj576153691&z=video-204082787_456239042%2Fclub204082787%2Fpl_-204082787_2
5.7	Безопасная дорога.	2	0	1	26 неделя 27 неделя	Практическая работа: «Работаем с ПДД РФ». Участие в учебном диалоге: обсуждение ситуаций, связанных с дорожными ловушками. Совместная деятельность в группах: анализ иллюстрированного материала.	Устный опрос	https://vk.com/video/playlist/-204082787_2?section=playlist_2&ysclid=l6v1a1b8jj576153691&z=video-204082787_456239094%2Fclub204082787%2Fpl_-204082787_2
5.8	Школьник как пассажир.	1	0	0	28 неделя	Совместная деятельность в парах: рассказ младшего школьника. Работа в группах: «Зададим друг другу вопросы.	Тестирование	https://vk.com/video/playlist/-204082787_2?section=playlist_2&ysclid=l6v1a1b8jj576153691&z=video-204082787_456239045%2Fclub204082787%2Fpl_-204082787_2
Итого по разделу:		10	0	1				

Поурочное планирование

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1.	Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Дорога в школу и обратно.	1	0	0		Устный опрос
2.	За что «отвечают» системы органов.	1	0	0		Устный опрос
3.	За что «отвечают» системы органов.	1	0	0		Устный опрос
4.	Как укреплять нервную систему.	1	0	0		Устный опрос
5.	Как можно тренировать сердце.	1	0	1		Письменный контроль
6.	Развиваем дыхательную систему.	1	0	1		Устный опрос
7.	Питаемся правильно.	1	0	0		Устный опрос
8.	Здоровье органов чувств.	1	0	1		Тестирование
9.	Проектная деятельность.	1	0	0		Устный опрос
10.	Проектная деятельность.	1	0	0		Устный опрос
11.	Дорожно-транспортные происшествия.	1	0	0		Устный опрос
12.	Современные транспортные средства – источник повышенной опасности.	1	0	0		Письменный контроль
13.	Дорога – зона повышенной опасности.	1	0	0		Устный опрос
14.	Обязанности пешеходов.	1	0	0		Тестирование
15.	Что влияет на здоровье.	1	0	0		Устный опрос
16.	Чистота - залог здоровья.	1	0	0		Устный опрос
17.	Движение - это жизнь.	1	0	1		Письменный контроль

18.	Закаливание.	1	0	0		Устный опрос
19.	Компьютер и здоровье.	1	0	0		Тестирование
20.	Наводим в доме чистоту.	1	0	0		Устный опрос
21.	Дела домашние: техника безопасности.	1	0	0		Письменный контроль
22.	Дела домашние: техника безопасности.	1	0	0		Устный опрос
23.	Дела домашние: техника безопасности.	1	0	0		Тестирование
24.	Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения.	1	0	0		Устный опрос
25.	Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения.	1	0	0		Тестирование
26.	Безопасная дорога.	1	0	1		Устный опрос
27.	Безопасная дорога.	1	0	0		Устный опрос
28.	Школьник как пассажир.	1	0	0		Тестирование
29.	Правила поведения в школе.	1	0	0		Устный опрос
30.	Правила поведения в школе.	1	0	0		Письменный контроль
31.	Если в школе пожар...	1	0	0		Устный опрос
32.	Если в школе пожар...	1	0	0		Устный опрос
33.	Если в школе пожар...	1	0	1		Тестирование
34.	Урок (резерв).	1	0	0		Устный опрос

Учебно-методическое обеспечение образовательного процесса

Обязательные учебные материалы для ученика

Основы безопасности жизнедеятельности: 5 – 7 классы: учебник / Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко А.Б. Таранин - 4-е изд., стер. - Москва: Просвещение, 2022 г.

Методические материалы для учителя

Рабочая программа по Основам безопасности жизнедеятельности: 5 - 9 классы: рабочая программа / Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов, А. Б. Таранин. — М.: Вентана-Граф, 2017 г.

Цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети интернет

<http://www.school-obz.org/> - Электронное научно-методическое издание для учителей.

<http://kuhta.clan.su/> - Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности».

<https://alleng.alleng.me/edu/saf1.htm> - Книги, пособия по ОБЖ.

<https://spas-extreme.mchs.gov.ru/> - Портал детской безопасности МЧС России ([Пожарная безопасность](#)).

<https://вдпо.пф/edu/online> - «Онлайн-тренажеры по пожарной безопасности для детей и подростков».

<http://bdd-eor.edu.ru/> - Федеральный каталог интерактивных образовательных программ для обучающихся, их родителей и учителей.

<https://www.dddgazeta.ru/> - Добрая дорога детства.

<https://юидроссии.пф/> - ЮИД РФ.

<https://znopr.ru/> - Всероссийский форум «Здоровье нации – основа процветания России».

<https://ligazn.ru/> - Лига здоровья нации.