**Пояснительная записка**

**Нормативные документы, на основании которых разработана рабочая программа**

Данная рабочая программа составлена на основе следующих документов:

* Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения
* Примерная программа по учебному предмету «ОБЖ» 5-9 класс
* Рекомендации по оснащению общеобразовательных учреждений учебным и учебно-лабораторным оборудованием, необходимым для реализации ФГОС основного общего образования
* Рабочая программа к учебнику Н.Ф. Виноградовой, Д.В. Смирнова, А.Б.Таранина. «Основы безопасности жизнедеятельности» 5-6 класс Москва Издательский центр «Вентана – Граф» 2012.

**Изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5 классе направлено на достижение следующих целей:**

* расширение знаний и умений младших подростков по организации здорового образа жизни, правильного поведения в различных неординарных ЧС
* развитие общей культуры младшего подростка,
* формирование осознания необходимости беречь своё здоровье,
* овладение умениями и навыками решения жизненных задач, связанных с опасными ситуациями.

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

* осознание необходимости правил поведения в необычных, нестандартных и чрезвычайных ситуациях, овладение 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 ситуациях, развитие умения предвидеть последствия своего поведения.

**В рабочую программу внесены изменения: 2 часа резерва распределены на «обобщение пройденного и тематический контроль»**

**Учебно-методический комплект, реализующий программу «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5 классе, включает:**

* 1.Основы безопасности жизнедеятельности: 5-6 классы: учебник для учащихся общеобразовательных учреждений / Н.Ф.Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В.Сидоренко, А.Б. Таранин.- М.: Вентана- Граф, 2013/.
* 2. Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, А.Б. Таранин «Основы безопасности жизнедеятельности» 5-6 класс Рабочая программа Москва Издательский центр «Вентана – Граф» 2012.

Рабочая программа по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» рассчитана на 34часа, в том числе 2 часа отведено на проектную деятельность.

Количество часов в неделю -1 час

|  |  |
| --- | --- |
| **№ урока** | **Тема проекта** |
| № 11 | Сохраняем зрение. |
| № 12 | Слух че­ловека и животных. |

**Формы и средства контроля**

* Формы организации учебного процесса:
* индивидуальные;
* индивидуально-групповые;
* фронтальные;
* работа в парах.

**Формы  текущего контроля:**

* фронтальный опрос;
* опрос в парах;
* творческие задания;
* тесты

**Формы  итогового контроля:**

* практические работы, контрольные работы
* Преобладающей формой текущего контроля выступает устный опрос и письменный (тест).

**Требования к результатам обучения**

**Личностные результаты**:

* осознание важности здорового образа жизни;
* соблюдение правил здорового образа жизни;
* соблюдение правил безопасности в быту, в школе, на прогулках;
* способность оценивать своё поведение в разных жизненных ситуациях с точки зрения безопасности;
* способность предвидеть опасные ситуации и избегать их;
* быть готовыми к преодолению опасных ситуаций в случае их неизбежности.

**Метапредметные результаты:**

* анализ ситуаций, влияющих положительно или отрицательно на самочувствие и здоровье человека;
* сравнение примеров опасного и безопасного поведения;
* планирование и организация своей жизни и деятельности с учётом безопасности;
* обобщение изученного материала, формулирование выводов о возможных причинах возникновения опасных ситуаций.

**Предметные результаты**:

* 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.

**Приложение 1**

**Оценочный материал**

**СИСТЕМА ОЦЕНКИ ДОСТИЖЕНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ**

**ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА.**

* Требования направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.
* Рубрика «Знать/понимать» включает требования к учебному материалу, который усваивается и воспроизводится обучающимися об основах здорового образа жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях, об оказании первой медицинской помощи.
* Знания и умения учащихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.
* 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.

**Содержание курса «Основы безопасности жизнедеятельности»**

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5 класса содержит следующие разделы.

**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.

*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.

**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

**Приложение 2**

**Методический материал**

**1. Учебно-методическая литература**

Нормативно-правовые документы

*•* Конституция Российской Федерации

• Правила дорожного движения Российской Федерации

• Федеральный закон «О гражданской обороне»

• Закон «Об образовании»

*•* Федеральный закон «О пожарной безопасности»

• Федеральный закон «О безопасности дорожного дви­жения»

• Федеральный закон «О противодействии терроризму»

**Учебная литература**

В. Н. Суслов Основы безопасности жизнедеятельности тесты Тренировочная тетрадь Легион Ростов-на –Дону 2011

А.Л.РыбинОбучение правилам дорожного движения: по­собие для учителя: 5—9 кл. / А. Л. Рыбин, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2008.

Л.В. Байбородова Методика обучения основам безопасности жизнедеятельности: Методическое пособие. – М: «ВЛАДОС», 2003.

Игровые занятия в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности». 5 – 9 кл. – М.: Дрофа, 2004

**2. Средства индивидуальной защиты**

Средства защиты дыхания

• Ватно-марлевые повязки

Медицинское имущество

• Бинт марлевый медицинский нестерильный, стерильный

• Вата медицинская

• Косынка медицинская (перевязочная)

• Жгут кровоостанавливающий эластичный

**Календарно - тематическое планирование по учебнику**

**« Основы Безопасности Жизнедеятеоьности» в 5 классе.**

**Авторы: Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко. Москва. Издательский центр «Вентана – Граф» 2013год.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Кол-во часов** | | | | | | **Тема урока** | **Программное содержание** | | **Структура урока, основные методы и приемы** | | **Практич. работа** | | **Дата** | | | |
| **план** | | | **факт** |
|  | 1. | | | | | | **Введение. Почему нужно изучать предмет ОБЖ.** | Необходимость изучения предмета ОБЖ. Символическое изображение правил ОБЖ. | | *Учебный диалог:* анализ информации, представленной в тексте учебника.  *Обсуждение* и *оценка* проблемных ситуаций, представ­ленных в иллюстрациях {учебник, с. 6).  *Работа с рубрикой* «Обсудим вместе»: анализ и харак­теристика знаков-символов ОБЖ (учебник, с. 5). | |  | |  | | |  |
|  | 1 | | | | | | **За что „отвечают" системы органов.** | Организм человека как единое целое. Функции разных систем органов тела. | | *Работа с рубрикой* «Вспомни»: актуализация имеюще­гося опыта по данной теме (учебник, с. 8).  *Выполнение тестовых заданий,* оценка знаний об осо­бенностях своего организма (учебник, с, 8). | |  | |  | | |  |
|  | 1 | | | | | | **Почему нужно знать свой организм** | Организм человека как единое целое. Функции разных систем органов тела. | | *Работа в парах:* правила взаимодействия при решении учебной задачи.  *Обобщающий рассказ* учителя: «Организм человека *как* система органов». | |  | |  | | |  |
|  | 1 | | | | | | **Укрепляем нервную систему.** | | Выполнение правил бережного отношения к нервной си­стеме Укрепление нервной системы. | | *Учебный диалог* (работа с рубрикой «Обсудим вме­сте»); анализ текста «Что „любит" нервная система» (учеб­ник, с. 10).  *Работа с иллюстрациями:* ответ на вопрос «Чего „не любит" нервная система».  *Практическая работа:* измерение пульса.  *Работа в группах:* составление плана укрепления нерв­ной системы «Что мы обязательно должны делать каждый день, чтобы укреплять нервную систему». | |  | |  |  | | |
|  | | 1 | | | | | **Тренируем сердце.** | О чём «рассказывает» пульс. Тренировка сердца. | | *Рассказ-объяснение* учителя «Сердце — главный орган человеческого организма». | | №1 «Учимся измерять пульс». | |  | | |  |
|  | | 1 | | | | | **Развиваем дыхательную систему.** | Дыхательная система человека, её функции и значение. Охрана дыхательной системы. | | *Задание* по рубрике «Вспомни»: ответ на вопрос «Что та­кое дыхательная система?».  *Учебный диалог* (работа с рубрикой «Обсудим вместе»): «Правила бережного отношения к дыхательной системе».  *Работа с рубрикой* «Медицинская страничка» (учебник, с. 15). | | №2«Упражняем дыхательную сис­тему» (дыхательные упражнения). | |  | | |  |
|  | | 1 | | | | | **Питаемся правильно.** | Питание школьника-подростка. Почему важно обращать внимание на правильное питание. Принципы рационального питания. Первая помощь при отравлениях и пищевой ал­лергии. | | *Чтение* и *анализ* текста «Рациональное питание — что это такое» (учебник, с. 16).  *Анализ* схемы (пирамиды) сбалансированного питания.  *Учебный диалог* на основе проведённого опыта и про­блемных ситуаций (учебник, с. 19—20). | | №3«Проверка степени загрязнения воды» | |  | | |  |
|  | | 1 | | | | | **Здоровье органов чувств.** | Правила бережного отношения к органам чувств. | | *Работа с рубрикой* «Знаешь ли ты себя?»: самоконтроль поведения (оценка выполнения тестовых заданий). | |  | |  | | |  |
|  | | 1 | | | | | **Сохраняем зрение. (Проектная деятельность)** | Правила бережного отношения к органам чувств. | | *Обсуждение,* и *оценка* информации, представленной в рубрике «Медицинская страничка». | | №5«Тренировка глаз» | |  | | |  |
|  | | 1 | | | | | **Слух че­ловека и**  **животных. (Проектная деятельность)** | *Исследовательская*  *деятельность* по темам «Слух че­ловека и животных. Сравнительная характеристика», «Как сохранить обоняние?», | | Обсуждение  представленных проектов. | |  | |  | | |  |
|  | | 1 | | | | | **Что влияет на здоровь.е** | Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье. | | *Работа с диаграммой* (анализ, оценка) «Что влияет на здоровье».  *Работа с рубрикой* «Знаешь ли ты себя?»: анализ отве­тов на тестовые задания.  *Учебный диалог:* анализ и оценка жизненных ситуаций (учебник, с. 29). | |  | |  | | |  |
|  | | 1 | | | | | **Чистота — залог здоровья.** | Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболе­вания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши). | | *Работа в парах:* оценка «вредных» советов (по текстам и иллюстрациям, учебник, с. 30). | |  | |  | | |  |
|  | | 1 | | | | | **Заболе­вания, вызванные отсутствием гигиены** | Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболе­вания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши). | | *Работа в группах:* составление памятки «Правила лич­ной гигиены». | |  | |  | | |  |
|  | | 1 | | | | | **Движение — это жизнь.** | Комплекс упражнений и игры для поддержания двига­тельной активности. | | *Практическое занятие* в физкультурном зале. | | №6«Комплекс упражнений и игры для поддержания двига­тельной активности» | |  | | |  |
|  | | 1 | | | | | **Поговорим о закаливание** | Закаливание — средство охраны и укрепления здоровья. Программа и правила закаливания. | | *Учебный диалог* «Что такое закаливание».  *Работа с информацией,* представленной в рубрике «Ме­дицинская страничка». | | №7«Составление программы закали­вания» | |  | | |  |
|  | | | | | | 1 | **Компьютер и здоровье.** | Правила безопасного пользования компьютером. Виды занятий, снимающих утомление. | | *Работа с рубрикой* «Знаешь ли ты себя?»: самоанализ и самооценка поведения и организации деятельности.  *Анализ информации,* представленной в тексте учеб­ника.  *Совместная деятельность* в парах: анализ иллюстра­тивного материала по теме урока. | | №8«Правила работы с компью­тером» | |  | | |  |
|  | | | | | | 1 | **Повторение и обобщение по т. «Здоровый образ жизни»** |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | | | | | | 1 | **Чистота в доме – залог здоровья.** | Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем мес­те. Правила уборки квартиры и мытья посуды. Животные, распространяющие инфекцию (мыши, тараканы, клопы). | | *Учебный диалог* (работа с рубрикой «Обсудим вместе»): сравнение высказываний, определение ложного суждения (учебник, с. 50). | |  | |  | | |  |
|  | | | | | | 1 | **Мой безопасный дом.** | Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем мес­те. Правила уборки квартиры и мытья посуды. Животные, распространяющие инфекцию мыши, тараканы. | | *Работа в парах",* составление плана уборки квартиры.  *Составление памятки:* «Как мыть посуду». | |  | |  | | |  |
|  | | | | | | 1 | **Дела домашние: техника безопасности.** | Техника безопасности в доме. Первая помощь при уши­бах, отравлении клеем, его парами, газом и при поражении током. | | *Учебный диалог:* анализ иллюстраций (учебник, с. 53), *Учебный диалог:* анализ текста и иллюстраций (техника безопасности, учебник, с. 55-56). | |  | |  | | |  |
|  | | | | | | 1 | **Дела домашние: техника безопасности.** | Техника безопасности в доме. Первая помощь при уши­бах, отравлении клеем, его парами, газом и при поражении током. | | *Чтение* текста рубрики «Медицинская страничка». *Ана­лиз* представленной информации. | |  | |  | | |  |
|  | | | | | | 1 | **Выбор пути: безопасная дорога в школу.** | Школьная жизнь начинается с дороги. Безопасная дорога от дома до школы. | | *Работа с рубриками* «Знаешь ли ты себя» и «Вспом­ни»: самоанализ и самооценка поведения (на дорогах и ули­цах). | | «№9Безопасный маршрут до школы» | |  | | |  |
|  | | | | | 1 | | **Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения.** | Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движе­ния. Правила безопасного поведения пассажира и пешехода. Оценивание дорожной ситуации с позиций безопасности, | | *Чтение* и *анализ* текста (учебник, с. 60). | |  | |  | | |  |
|  | | | | | 1 | | **Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения.** | Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движе­ния. Правила безопасного поведения пассажира и пешехода. | | *Работа в парах:* оценка информации, представленной в иллюстрациях (учебник, с. 61). | | «№10Анализ и обобщение информа­ции, представленной в иллюстрациях; | |  | | |  |
|  | | | | | 1 | | **Дорожное движение в населенном пункте.** | Дорожное движение в населённом пункте и за городом. Безопасная дорога.  Правила поведения на дорогах и улицах. «Дорожные ло­вушки» —способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций. | | Повторение правил и знаков дорожного движения. | |  | |  | | |  |
|  | | | | 1 | | | **Безопасная дорога.** | Дорожное движение в населённом пункте и за городом. Безопасная дорога.  Правила поведения на дорогах и улицах. «Дорожные ло­вушки» | | *Работа с рубрикой* «Для любознательных» (учебник, с. 73). | | №11«Обсуждение ситуаций, связан­ных с дорожными ловушками» | |  | | |  |
|  | | | | 1 | | | **Тематическая диагностика по теме «Безопасная дорога»** |  | |  | |  | |  | | |  |
|  | | | | 1 | | | **Какой ты пассажир?** | Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира разных видов транспорта. | | *Работа с информацией,* представленной в иллюстраци­ях (учебник, с. 74).  *Работа в парах:* рассказ для младшего школьника на те­му «Как перейти дорогу».  *Работа в группах:* «Зададим друг другу вопросы». | |  | |  | | |  |
|  | | | | 1 | | | **Общие правила школьной жизни.** | Ориентировка в школьных помещениях. Расположение помещений в школе. Функции разных школьных помещений. Общие правила безопасного поведения | | *Работа в группах:* рисование плана школы с указанием основных помещений.  *Учебный диалог:* «Может ли неправильное поведение в школе привести к неприятностям?».  *Составление памятки* «Общие правила поведения в школе». | |  | |  | | |  |
| 30 | | | 1 | | | | **Правила поведения в школе.** | Поведение на занятиях, переменах, во время передвиже­ния по школе, в столовой. Безопасное общение. Первая по­мощь при сотрясении мозга, ушибах и кровотечении.  Меры предупреждения пожаров, правила эвакуации при пожаре. | | *Чтение* и *анализ* текста учебника «Поведение на заняти­ях» (с. 75).  *Работа с рубрикой* «Проверь себя», обсуждение к оцен­ка результатов самотестирования. | |  | |  | | |  |
| 31 | | | 1 | | | | **Правила поведения в школе.** | Поведение на занятиях, переменах, во время передвиже­ния по школе, в столовой. Безопасное общение. Первая по­мощь при сотрясении мозга, ушибах и кровотечении. | | *Учебный диалог:* «„Вредные советы" Г. Остера».  *Рассказ-объяснение* учителя «Поведение, которое при­водит к беде».  *Работа с, рубрикой* «Медицинская страничка»: оценка информации, представленной в рубрике (учебник, с. 81). | |  | |  | | |  |
| 32 | | | 1 | | | | **Если в школе пожар.** | Как вести себя, если в школе начался пожар. Правила эвакуации при пожаре, | | *Работа с рубрикой* «Вспомни»: как мы ориентируемся в школьных помещениях.  *Работа в группах:* чтение схемы эвакуации при пожаре в школе.  ике «Меди­цинская страничка» (учебник, с. 86). | | №12«Учимся выполнять правила по­ведения при пожаре» | |  | | |  |
| **33** | | | **1** | | | | **Итоговая диагностика за курс ОБЖ 5кл.** |  | |  | |  | |  | | |  |
| **34** | | | **1** | | | | **Анализ итогового диагностирования.** |  | |  | |  | |  | | |  |