**Пояснительная записка**

Рабочая программа, составленная на основе:

* Комплексная программа «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 5-11 классов общеобразовательных учреждений А.Т. Смирнов Б.О. Хренников М, «Просвещение» 2011г.
* Стандарта основного общего образования по основам безопасности жизнедеятельности;

**Цель программы:**

* повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;
* снижению отрицательного влияния человеческого фак­тора на безопасность личности, общества и государства;
* формированию антитеррористического поведения, отри­цательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
* обеспечению профилактики асоциального поведения учащихся.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких

**учебных задач,** как:

* формирование у учащихся современного уровня куль­туры безопасности жизнедеятельности;
* формирование индивидуальной системы здорового об­раза жизни;
* воспитание антитеррористического поведения и отри­цательного отношения к психоактивным веществам и асоци­альному поведению.

 Авторская программа рассчитана на 35 часа, рабочая программа предполагает обучение в объеме 35 часов, в неделю 1 час в соответствии с учебным планом учебного учреждения.

**Количество учебных часов, на которое рассчитана рабочая программа:**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Тема урока** | **Авторская программа** |  **Рабочая** **программа** | **Практ.****занятия** | Контрольные работы |
| **Р-1.** | **Основы комплексной безопасности** | **19** | **19** |  | 2 |
| *Тема -1* | Человек, среда его обитания, безопасность человека | 5 | 5 |  |  |
| *Тема -2* | Опасные ситуации техногенного характера | 8 | 8 |  |  |
| *Тема -3* | Основные ситуации природного характера | 3 | 3 |  |  |
| *Тема-4* | Опасные ситуации социального характера | 3 | 3 |  |  |
| **Р-2.**  | **Чрезвычайные ситуации** | **4** | **4** |  | 1 |
| Тема 5 | Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.  | 4 | 4 |  |  |
| **Р-3** | **Основы здорового образа жизни** | **6** | **6** |  |  |
| Тема -6 | Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни | 3 | 3 |  |  |
| *Тема -7* | Факторы разрушающие здоровье  | 3 | 3 |  |  |
| **Р -4** |  **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи** | **5** | **5** |  | **1** |
| *Тема -8* | Первая медицинская помощь и правила её оказания | 5 | 5 |  |  |
| ***Итого***  |  | **35ч.** | **35ч.** | **3** | **4** |

 **Реализация рабочей программы обеспечивает освоение общеучебных умений и компетенций в рамках информационно-коммуникативной деятельности:**

• создание условия для умения логически обосновывать суждения, выдвигать гипотезы и понимать необходимость их проверки, ясно, точно и грамотно выражать свои мысли в устной и письменной речи.

 • формирование умения интегрировать в личный опыт новую, в том числе самостоятельно полученную информацию;

 • создание условия для плодотворного участия в работе группы; умения самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни

**Для реализации рабочей программы используется учебно-методический комплект, включающий в себя**:

1.Смирнов А.Т. «Основы безопасности жизнедеятельности: 5-9 класс поурочные разработки/А.Т Смирнов, Б.О.Хренников, под ред. А.Т.Смирнова.-М: Просвещение, 2008.

2.ОБЖ, 5-8 кл. Школьный курс в тестах, играх, кроссвордах, заданиях с картинками /авт-сост. Г.П.Попова. Волгоград: Учитель,2005

3.ОБЖ тесты:5 класс к учебнику И.К.Топорова ОБЖ 7-8 класс /С.С.Соловьев М.: Изд-во «Экзамен», 2006 г

4. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся /А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников/ Из-во: «Просвещение», 2007

**Особенности организации учебного процесса по ОБЖ**

 Основными принципами обучения ОБЖ являются: сознательность, активность и самостоятельность; системность, последовательность и комплексность; обучение на высоком уровне трудности; прочность формирования знаний, умений и навыков; групповой и индивидуальные принципы обучения.

 Принципы реализуются с помощью различных методов и средств (ТСО, наглядность), приемов позволяющих представлять взаимосвязь изучаемых явлений с реальной действительностью.

 **Основные методы обучения -** наблюдения, повседневный опыт, интуитивное предсказание, активные методы обучения стимулирующие познавательную деятельность учащихся, интеракивное обучение- обучение основанное на общении, компьютерные методы обучения (адаптивные методы, метод проблем и открытий, метод научных исследований и т.д.)

**Основ­ные виды учебной деятельности школьников:**

1. Учебно-познавательную, включающую:

* изучение нового учебного материала на уроках;
* выполнение домашней работы с учебной литературой для расширения познания о реальном окружающем мире, факторах риска для жизни и здоровья, об опасных и чрезвы­чайных ситуациях, их последствиях, о здоровом образе жиз­ни и его составляющих.

2. Аналитическую, включающую:

* установление причинно-следственной связи между явле­ниями и событиями, происходящими в окружающей среде;
* планирование личного поведения с учетом реальной ситуации и личных возможностей.

3. Практическую цель, которой — формирование личных убеждений, качеств и привычек, способствующих снижению фактора риска для жизни и здоровья в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; формиро­вание современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, индивидуальной системы здорового образа жиз­ни; воспитание антитеррористического поведения.

**Контроль результатов обучения**

 Контроль результатов обучения осуществляется через использование следующих видов оценки и контроля ЗУН: входящий, текущий, тематический, итоговый. При этом используются различные формы оценки и контроля ЗУН: контрольная работа , тест, устный опрос.

 **Учащиеся должны** знать/понимать:

* правила безопасного поведения на улицах и дорогах;
* правила пожарной безопасности и поведения при пожарах;
* правила безопасного поведения на воде;
* о возможных аварийных ситуациях в жилище (образовательном учреждении), причинах их возникновения и правилах поведения;
* правила поведения в криминогенных ситуациях;
* правила поведения на природе;
* правила поведения при нарушении экологического равновесия в местах проживания;
* о возможных чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, наиболее вероятных для данного района, способах оповещения о них и правилах безопасного поведения;
* об основных мероприятиях ГО по защите населения от последствий чрезвычайных ситуаций;
* об основных хронических неинфекционных заболеваниях, их причинах и связи с образом жизни;
* об инфекционных заболеваниях и основных принципах их профилактики;
* основные правила поведения в повседневной жизни дома, на улице, в школе и во время занятий спортом с целью предупреждения травматизма.

Владеть навыками:

* безопасного поведения на дорогах;
* действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
* соблюдать правила поведения на воде и оказывать помощь утопающему;
* оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;
* пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
* правильно вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;
* действовать по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации;

Использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

* обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
* соблюдение мер предосторожности и правил поведения пассажиров в общественном транспорте;
* пользования бытовыми приборами и инструментами;
* проявление бдительности при угрозе террористического акта;
* обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

**ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ ОБЖ (5 КЛАСС)- 35 часов**

**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.

Водоемы в черте города. Состояние водоемов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах 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».

***Обсуждаемые вопросы:***

1. Влияние курения и употребления спиртных напитков на развитие человека, на его физические и умственные способности.

2. Почему курение и употребление спиртных напитков не совме­стимо с занятиями физической культурой и спортом?

3. Как подготовить себя к тому, чтобы твердо сказать «нет!», когда предлагают сигарету или спиртное.

**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.

**Основная литература**

Школьный учебник для **5 класса** «Основы безопасности жизнедеятельности» (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под общей редакцией Смирнова А.Т. Москва. Издательство «Просвещение», 2007 г.).

**Дополнительная литература**

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.

Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы. Поурочные **Смирнов А.Т., Хренников Б.О.** разработки. Пособие для учителей и методистов.

**Дурнев Р.А.** Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности учащихся. 5-11 классы: Методическое пособие. - М.: Дрофа, 2008. - 156 с.

**Евлахов В.М.** Методика проведения занятий в общеобразовательных учреждениях: Методическое пособие. - М.: Дрофа, 2009. - 272 с. - (Библиотека учителя).

**Евлахов В.М.** Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы. - М.: Дрофа, 2006. - 112 с.

**Латчук В.Н.** Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека. 5-11 классы: Учебно-методическое пособие. - 3-е изд., стер. - М.: Дрофа, 2006. - 76 с. - (библиотека учителя).

**Латчук В.Н.** Правильные ответы на вопросы учебника С.Н. Вангородского, М.И. Кузнецова, В.Н. Латчука и др. «Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс». - М.: Дрофа, 2007. - 170 с. - (Готовые домашние задания).

**Латчук В.Н.** Правильные ответы на вопросы учебника С.Н. Вангородского, М.И. Кузнецова, В.Н. Латчука и др. «Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс». - М.: Дрофа, 2007. - 160 с. - (Готовые домашние задания).

**Легкобытов А.В.** Основы психологической безопасности личности. 5-11 классы: Методическое пособие. - М.: Дрофа, 2009. - 158 с. - (Библиотека учителя).

**Мастрюков Б.С.** Безопасность в чрезвычайных ситуациях: Учебник для студентов вузов. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Изд. центр «Академия», 2006. - 336 с.

**Мастрюков Б.С.** Безопасность в чрезвычайных ситуациях: Учебное пособие для студентов высших учебных заведений. - 4-е изд., стер. - М.: Издательский центр «Академия», 2007. - 336 с. - (Высшее профессиональное образование).

УМК «Безопасность дорожного движения»:

**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).