

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Бесединская средняя общеобразовательная школа»  
Курского района Курской области

305501, Курская область, Курский район, с. Беседино, д.265 А, телефоны: 59-71-30, 59-71-31,  
эл. почта [kurskii92@mail.ru](mailto:kurskii92@mail.ru) ОГРН 1024600617029 ИНН 4611004895 КПП 461101001 ОКПО 21832638

РАССМОТРЕНО

на заседании МО учителей

эстетико-политехнического цикла

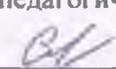
Руководитель МО  Локтева Г.Ю.

Протокол № 1 от 27.08.2024 г.

ПРИНЯТО

на заседании

педагогического совета

 Северченко Р.В.

Протокол № 1 от 28.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

приказом № 01/19

от

28.08.2024 г.  
Директор школы  
 Долженкова Н.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
факультативных занятий  
«ОБЖ»**

**с использованием средств обучения и воспитания  
центра образования цифрового и гуманитарного профиля  
«Точка роста»  
для обучающихся 5 класса**

с. Беседино

2024-2025 учебный год

## Пояснительная записка

### **Рабочая программа разработана в соответствии с**

- Федеральным законом от 29 декабря 2012 года № 273 «Об образовании в Российской Федерации» ст.2, п.9;
- Законом Курской области от 09.12. 2013 г. № 121- ЗКО «Закон об образовании в Курской области»;
- Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования от 06.10.2009 № 373, утвержденным приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897;
- Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 02.02.2015г. № НТ-136/08 «О федеральном перечне учебников»;
- Постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 об утверждении СанПиН 2.4.2 2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям организации обучения в общеобразовательных учреждениях»;
- Основной образовательной программой основного общего образования МБОУ «Верхнемедведицкая средняя общеобразовательная школа»;
- Уставом и локальными актами МБОУ «Верхнемедведицкая средняя общеобразовательная школа».

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5 класса МБОУ «Верхнемедведицкая средняя общеобразовательная школа» составлена на основе авторской программы по основам безопасности жизнедеятельности Поляков В. В., Кузнецов М. И., Марков В. В. Латчук В. Н.

**Цель :** формирование у подрастающего поколения россиян культуры безопасности жизнедеятельности в современном мире в соответствии с требованиями, предъявляемыми Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования

### **Задачи:**

- 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.

### **Используемый учебно-методический комплект:**

Поляков В. В., Кузнецов М. И., Марков В. В. Латчук В. Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: учебник. — М.: Дрофа.2014г.

Латчук В. Н. Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: методическое пособие. — М.: Дрофа. 2013г.

Латчук В. Н., Миронов С. К. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: тетрадь для оценки качества знаний. — М.: Дрофа.2016г.

В соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования на изучение основ безопасности жизнедеятельности в 5 классе отводится 1 час в неделю за счет компонента образовательного учреждения, всего 35 часов в год

## **1. Планируемые предметные результаты изучения учебного предмета**

### **Выпускник научится:**

классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;  
использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;  
использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;  
классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;  
безопасно использовать бытовые приборы;  
безопасно использовать средства бытовой химии;  
безопасно использовать средства коммуникации;  
классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;  
предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;  
безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;  
безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;  
безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;  
безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;  
безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;  
безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;  
адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;  
адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;  
безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;  
безопасно применять первичные средства пожаротушения;  
соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;  
соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;  
соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;  
классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;  
адекватно оценивать ситуации классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;

предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;  
адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;  
оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;  
характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;  
классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;  
использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;  
классифицировать средства оказания первой помощи;

## **2. Содержание учебного предмета**

### **Раздел 1: Основы безопасности личности, общества и государства-27 часов**

**Особенности города как среды обитания человека.** Источники и зоны повышенной опасности в современном городе: городской и общественный транспорт, улицы и дороги, здания и сооружения, подземные коммуникации, строительные площадки, уличное электричество, промышленные предприятия. Правила безопасного поведения в опасных ситуациях.

**Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).** Различные службы помощи: полиция, пожарная охрана, «скорая помощь», служба спасения, коммунальные и другие службы. Правила вызова служб безопасности. Государственные, муниципальные (городские) и районные службы обеспечения безопасности.

**Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).** Характеристика городского и сельского жилища. Особенности жизнеобеспечения современного дома, квартиры (водоснабжение, отопление, электроснабжение, канализация). Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные аварийные и опасные ситуации в жилище.

**Пожар.** Опасные факторы пожара, их воздействие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых помещениях. Меры пожарной безопасности в быту. Чего не следует делать при пожаре в квартире (доме). Правила безопасного поведения при пожаре в многоквартирном доме. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру. Что делать, если в комнате загорелся телевизор. Способы эвакуации из горящего здания. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.

**Затопление квартиры.** Причины затопления и его возможные последствия. Меры по предотвращению затопления. Правила поведения при затоплении жилища.

**Электричество.** Основные виды электрических и электронных приборов, используемых в быту. Правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами; опасности, возникающие при нарушении этих правил. Меры по предотвращению поражения электрическим током.

**Опасные вещества и продукты питания.** Причины, последствия и меры по предотвращению отравления бытовым газом. Правила пользования газовыми приборами. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире, доме. Правила безопасности при употреблении лекарств и пользовании медицинскими приборами; последствия их нарушения. Правила безопасности

при пользовании средствами бытовой химии; опасности, возникающие при нарушении этих правил. Правила хранения опасных веществ и средств бытовой химии. Причины отравления продуктами питания и меры профилактики. Действия при первых признаках отравления.

**Взрыв и обрушение дома.** Причины и последствия взрыва. Правила безопасного поведения в случае взрыва в квартире.

**Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи).** Что делать, если в квартире захлопнулась дверь, сломался замок. Правила безопасного поведения в случае потери ключей.

**Опасность толпы.** Чем опасны толпа и паника. Как уцелеть в толпе. Как обезопасить себя при возможности попадания в толпу.

**Собака бывает кусачей.** Правила безопасного поведения при встрече с собакой (на улице, в подъезде). Как действовать при нападении собаки и в случае укуса.

**Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.** Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и ее составные части. Основные причины дорожно-транспортных происшествий. Средства безопасности на дороге.

**Безопасное поведение пешеходов и пассажиров.** Правила безопасного поведения пешеходов на дороге. Правила перехода проезжей части. Правила безопасного поведения пассажиров городского общественного транспорта (автобуса, троллейбуса, трамвая), легкового автомобиля, мотоцикла.

**Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.** Особенности видов городского общественного транспорта и характеристика основных типов аварийных ситуаций на них. Правила безопасного поведения в автобусе (в случае аварии), троллейбусе и трамвае (при нахождении под током). Зоны опасности в метрополитене, их характеристика. Причины опасных и аварийных ситуаций в метрополитене. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных ситуациях (остановке в туннеле, падении на пути и т. п.). Правила безопасного поведения пассажира автомобиля во время поездки, при неизбежном столкновении.

**Железнодорожный транспорт.** Характеристика железнодорожного транспорта. Опасные зоны железнодорожного транспорта. Правила поведения на железнодорожном транспорте (во время ожидания и движения поезда). Правила безопасного поведения пассажиров при крушении поезда, при авариях, связанных со столкновениями и экстренными торможениями, при пожаре в поезде.

**Авиационный транспорт.** Характеристика авиационного транспорта, обеспечение его безопасности. Правила безопасного поведения на авиационном транспорте. Правила безопасного поведения авиапассажиров при вынужденной посадке, при разгерметизации салона, при пожаре в самолете, при аварийной посадке на воду.

**Морской и речной транспорт.** Характеристика водного транспорта, обеспечение его безопасности. Правила эвакуации с судна. Индивидуальные и групповые средства спасения на водном транспорте. Правила посадки на спасательное средство (шлюпку, надувной плот). Правила пользования спасательным жилетом. Что делать, если человек упал за борт судна.

**Психологические основы самозащиты.** Язык жестов, уверенность и спокойствие как способ самозащиты. Настрой на самозащиту. Действия в опасных ситуациях: что нужно делать, а чего не следует.

**Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде.** Меры по повышению безопасности жилища. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенной ситуации в доме (квартире): звонок в дверь; дверь пытаются открыть

(взломать); когда вы вернулись домой, дверь открыта. Подъезд и лифт как зоны криминогенной опасности; способы ее избежать. Правила безопасного поведения в случае нападения в подъезде или лифте.

**Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.** Общие сведения о зонах криминогенной опасности: безлюдные окраины города (населенного пункта); глухие зоны парков и скверов; места массового скопления людей и т. д. Безопасное поведение с незнакомыми взрослыми и подростками. Меры предосторожности.

**Как избежать опасных домогательств.** Что считается домогательством. Правила безопасного поведения во избежание домогательств. Как вести себя, если что-либо подобное произошло. Кто может помочь в такой ситуации (родители, служба психологической помощи и т. п.).

**Правила поведения при захвате в заложники.** Понятие о заложнике. Возможные места и причины (террористическая акция, выкуп) захвата. Меры по предотвращению захвата в заложники. Правила безопасного поведения при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.

Современная экологическая ситуация в мире (уничтожение лесов, загрязнение воды, разрушение озонового слоя). Почему важно охранять природу.

**Загрязнение воды.** Роль воды на Земле (в природе, промышленности, быту). Неоправданный расход воды. Причины и последствия загрязнения воды. Способы очистки воды в домашних условиях.

**Загрязнение воздуха.** Изменения в атмосфере и состав воздуха. Причины и последствия загрязнения воздуха (кислотные дожди, потеря здоровья). Меры по улучшению экологической обстановки в городе. Что нужно делать, чтобы дышать чистым воздухом.

**Загрязнение почвы.** Понятие об опустынивании. Причины и последствия опустынивания. Накопление в почве вредных веществ.

**Фильтрующие противогазы.** Назначение фильтрующих гражданских противогазов. Модели гражданских противогазов (ГП-7, ГП-7В, ПДФ-2Ш). Составные части противогаза. Определение размера противогаза и подготовка его к эксплуатации. Положения противогаза («походное», «наготове», «боевое»); перевод в «боевое» положение. Правила пользования противогазом (ношение, проверка, надевание, снятие).

## **Раздел 2: Оказание первой помощи – 4 часа**

**Виды ранений, их причины и первая помощь.** Причины ранений. Понятие о ране. Общие признаки ранений. Виды ран по размеру, глубине, характеру кровотечения и т. д. Признаки закрытых повреждений. Правила оказания первой помощи при различных видах ран.

**Общая характеристика кровотечений.** Наружное и внутреннее кровотечения. Виды кровотечений по характеру поврежденного сосуда (венозное, артериальное, смешанное, капиллярное).

**Первая помощь при кровотечении.** Основные способы временной остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки. Правила применения индивидуального перевязочного пакета. Остановка кровотечения максимальным сгибанием, приданием конечности приподнятого положения. Первая помощь при кровотечении из носа.

## **Раздел 3: Основы здорового образа жизни- 4 часа**

**Движение и здоровье.** Благоприятное воздействие движения на организм человека. Развитие опорно-двигательного аппарата. Негативное воздействие недостатка и избытка движения на здоровье человека.

**Нарушения осанки и причины их возникновения.** Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика нарушений осанки.

**Телевизор и компьютер — друзья или враги?** Влияние компьютера и телевизора на здоровье детей. Правила безопасности при просмотре телевизионных передач. Меры по предотвращению негативных последствий при работе на персональном компьютере.

**Развитие и изменение организма в вашем возрасте.** Развитие человеческого организма. Характеристика некоторых факторов, которые влияют на рост и вес подростков. Интенсивное развитие в период полового созревания (работа сальных и потовых желез).

**Физическое и нравственное взросление человека.** Почему важно заботиться о здоровье в подростковом возрасте. Состояние влюбленности; в чем она может проявляться. Как реагировать на ее проявления

**Практические работы:**

1. Правила поведения при пожаре;
2. Средства тушения пожаров;
3. Правила пользования фильтрующим противогазом ГП-5.
4. Правила поведения на дорогах и тротуара
5. Первая помощь при ранениях;
6. Первая помощь при кровотечениях

**Календарно-тематическое планирование  
учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»  
5 класс  
34 учебных часа (1 уч. час в неделю)**

№ урока	Названия разделов, тем, уроков	Кол-во часов	§§ урока	Формы контроля на уроке	Практическое прохождение программы
<b>Основы безопасности личности, общества и государства (27 ч)</b>					
<b>Глава 1. Личная безопасность в повседневной жизни (11 ч)</b>					
1.	1. Особенности города как среды обитания человека.	1	§1, с. 4-9, с.9 вопросы и задания №1-5.	Фронтальный опрос	
2.	2. Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).	1	§2, с. 10-13, с.13 вопросы и задания №1-7.	Проверочная работа	
3.	3. Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).	1	§3, с. 14-16, с. 16 вопросы и задания №1-4.	Проверочная работа	
4.	4. Опасные факторы и причины пожаров.	1	§4, с.16-20, рисунок «Причины пожаров».	Фронтальный опрос	
5.	5. Правила поведения во время пожара.	1	§4, с. 20-25, памятка «Меры пожарной безопасности».	Фронтальный опрос	
6.	6. Средства пожаротушения (внутренний пожарный кран, огнетушители).	1	§4, с. 25-27, с.27 вопросы и задания №1-11, с.29 задачи №1-4.	Проверочная работа	
7.	7. Затопление квартиры.	1	§5, с.30-33, с.34 вопросы и задания №1-5, с.34 задачи № 5-6.	Фронтальный опрос	
8.	8. Электричество.	1	§6, с.35-36, с. 37 вопросы и задания №1-4, задача №7.	Проверочная работа	
9.	9. Опасные вещества и	1	§7, с. 38-44, с.44	Фронтальный	

	продукты питания.		вопросы и задания № 1-11, задачи № 8-11.	опрос	
10.	10.Взрыв и обрушение дома. Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи).	1	§8, с. 46-48, с. 48 вопросы №1-5, задача № 12; §9, с. 48-49, с.50 задача № 13.	Проверочная работа	
11.	11.Опасность толпы. Действия при нападении собаки.	1	§10, с. 50-52, с. 52 вопросы и задания №1-4, задача № 14; §11, с. 53-55, с. 55 вопросы и задания № 1-4, задача № 15.	Фронтальный опрос	
<b>Глава 2. Безопасность на дорогах и на транспорте (6 ч.)</b>					
12.	1.Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.	1	§12, с.56-59, с.60 вопросы и задания №1-7, задача №16.	Фронтальный опрос	
13.	2.Безопасное поведение пешеходов и пассажиров.	1	§13, с.60-65, с.65 вопросы и задания №1-10, задача №17.	Практические упражнения	
<b>№ урока</b>	<b>Названия разделов, тем, уроков</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>§§ урока</b>	<b>Формы контроля на уроке</b>	<b>Практическое прохождение программы</b>
14.	4.Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.	1	§14, с. 66-71, с. 72 задача № 18-23.	Тест	
15.	5.Железнодорожный транспорт.	1	§15,с.74-78, с.78 вопросы и задания №1-6, задача № 24.	Фронтальный опрос	
16.	6.Авиационный транспорт.	1	§16,с.78-81, с.81	Фронтальный	

			вопросы и задания №1-3, задача № 25.	опрос	
17.	7.Морской и речной транспорт.	1	§17,с.82-86, с.86 вопросы и задания №1-5, задача № 26.	Проверочная работа	
<b>Глава 3. Опасные ситуации социального характера (4 ч.)</b>					
18.	1.Психологические основы самозащиты от злоумышленников.	1	§18,с.88-91, с.91 вопросы и задания №1-6.	Фронтальный опрос	
19.	2.Ситуации криминогенного характера в доме (в квартире) и подъезде.	1	§19,с.92-98, с.98 вопросы и задания №1-11, задачи № 27-28.	Фронтальный опрос	
20.	3.Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.	1	§20,с. 99-103, с. 103 вопросы и задания №1-8, с. 104 задача № 29.	Проверочная работа	
21.	4.Правила поведения при захвате в заложники.	1	§21,с. 104-107, с. 107 вопросы и задания №1-4, с. 108 задача № 30.	Проверочная работа	
<b>Глава 4. Загрязнение среды обитания (3 ч.)</b>					
22.	1.Загрязнение воды.	1	§22,с. 108-110, с.110 вопросы и задания №1-5.	Фронтальный опрос	
23.	2.Загрязнение воздуха.	1	§23,с. 111-113, с.113 вопросы и задания №1-9.	Фронтальный опрос	
24.	3.Загрязнение почвы.	1	§24,с. 113-114, с.114 вопросы и задания №1-9.	Проверочная работа	

<b>Глава 5. Средства индивидуальной защиты органов дыхания (2ч.)</b>					
25.	1.Фильтрующие противогазы.	1	§25,с. 115-117, с.118 вопросы и задания № 1-6.	Практические упражнения	
26.	2.Пользование противогазом.	1	§26,с. 119-121, с.121 вопросы и задания № 1-6.	Практические упражнения	
<b>№ урока</b>	<b>Названия разделов, тем, уроков</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>§§ урока</b>	<b>Формы контроля на уроке</b>	<b>Практическое прохождение программы</b>
<b>Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (8ч.)</b>					
<b>Глава 6. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (3 ч.)</b>					
27.	1.Виды ранений, их причины и первая помощь.	1	§27,с. 124-127, с.127 вопросы и задания № 1-8, задачи № 31, 32.	Фронтальный опрос	
28.	2.Общая характеристика кровотечений.	1	§28,с. 128-129, с.129 вопросы и задания № 1-5.	Тест	
29.	3.Первая помощь при кровотечении.	1	§29,с. 130-135, с.129 вопросы и задания № 1-7, задача № 33.	Практические упражнения	
<b>Глава 7. Основы здорового образа жизни (5 ч.)</b>					
30.	1.Движение и здоровье.	1	§30,с. 136-138, с.138 вопросы и задания № 1-8.	Фронтальный опрос	
31.	2.Нарушения осанки и причины их возникновения.	1	§31,с. 139-141, с.141 вопросы и задания № 1-6.	Тест	
32.	3.Телевизор и компьютер – друзья или враги?	1	§32,с. 141-142, с.143	Фронтальный опрос	

			вопросы и задания № 1-4.		
33.	4. Развитие и изменение организма в вашем возрасте.	1	§33, с. 143-145, с. 145 вопросы и задания № 1-8.	Тест	
34.	5. Физическое и нравственное взросление человека.	1	§33, с. 146-147, с. 147 вопросы и задания № 1-5.	Фронтальный опрос	