

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
МБОУ Мойганская СОШ

Согласовано:
Зам. директора по УВР
СОШ
Толстышева Т.Ю. _____
«02» сентября 2024 г.

«Утверждаю»
Директор МБОУ Мойганская
_____ Пятков А.А.
«02» сентября 2024 г.

Рабочая программа

Спецкурс «Введение в основы безопасности жизнедеятельности»

в 5 (общеобразовательном) классе

на 2024 - 2025 учебный год

количество часов в неделю –1

Составил: учитель ОБЗР Куксевич В.В.

Составлена в соответствии с программой (название программы с указанием автора и сборника, год издания)

Учебник: А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников

*Основы безопасности жизнедеятельности 5 класс:
Учебник для общеобразовательных учреждений – М.
Просвещение, 2015 – 2019г.*

Рассмотрено на заседании методического объединения, протокол № 1 от «02» сентября 2024 г.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА.

Ученик научится:

- правила безопасного поведения на улицах и дорогах;
- правила пожарной безопасности и поведение при пожарах;
- правила безопасного поведения на воде;
- возможные аварийные ситуации в жилище, причинах их возникновения и правилах поведения;
- порядок эвакуации из помещения;
- правила поведения в криминогенных ситуациях;
- правила поведения на природе;
- о возможных чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, наиболее вероятных для нашего региона, способах оповещения о них и правилах безопасного поведения;
- основные правила поведения в повседневной жизни дома, на улице, в школе и во время занятий спортом с целью предупреждения травматизма;
- о здоровье и здоровом образе жизни и факторах, влияющих на здоровье.

Ученик получит возможность научиться

- *вызвать аварийные службы спасения;*
- *предвидеть возможную опасность, выявить причины и возможные последствия;*
- *вырабатывать безопасный алгоритм действий при чрезвычайной ситуации;*
- *анализировать возникающие в повседневной жизни ситуации.*

Содержание учебного предмета

Раздел I. Основы комплексной безопасности

Тема 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. Зоны повышенной криминогенной опасности, зоны безопасности в городе. Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе.

Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях. Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в городе. Основные аварийные и спасательные службы города, предназначенные для защиты населения.

Тема 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, его безопасность на дороге.

Пассажир, общие обязанности пассажира, его безопасность при следовании в различных видах городского транспорта. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом. Транспортное средство и водитель. Общие обязанности водителя (велосипедиста), правила его поведения на дороге. Требования, предъявляемые к техническому состоянию велосипеда.

Пожар в жилище и причина его возникновения. 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.

Тема 3. Опасные ситуации природного характера.

Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель). Правила безопасного поведения при их воздействии.

Водоемы в черте города, их состояние в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года.

Тема 4. Опасные ситуации социального характера.

Криминогенные ситуации в городе. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации.

Правила безопасного поведения во дворе и дома, при разговоре по телефону. Воры в квартире. Нападение в лифте, 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 (отделений милиции, постов ГИБДД и т.п.). Правила безопасности в общественных местах, в толпе, при обнаружении взрывного устройства.

Тема 5. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.

Характеристика ЧС природного характера: землетрясения, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях ЧС природного характера.

Характеристика ЧС техногенного характера: аварии на радиационно-опасных объектах, на взрывопожароопасных объектах, на химических объектах, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях ЧС техногенного характера.

Организация защиты населения от ЧС. Действия населения при оповещении об угрозе возникновения ЧС. Организация эвакуации населения.

Раздел III. Основы здорового образа жизни

Тема 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 ЗОЖ. Режим дня и умение рационально распределять свое время как основные составляющие ЗОЖ.

Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Правила закаливания организма.

Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества. Гигиена питания.

Потенциальные возможности человека, значение образа жизни и привычек для совершенствования духовных и физических качеств.

Тема 7. Факторы, разрушающие здоровье

Вредные привычки (курение, употребление алкоголя), их отрицательное влияние на здоровье и организм человека. Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного дыма на организм курящего человека 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.

Раздел IV. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Тема 8. Первая медицинская помощь и правила ее оказания (практическое занятие).

Первая медицинская помощь, общее положение по оказанию ПМП.

Ситуации, при которых необходимо немедленно вызывать «скорую помощь», правила ее вызова.

Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома.

Последовательная практическая отработка навыков в оказании ПМП при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении, при отравлениях медикаментами, препаратами бытовой химии, кислотами, щелочами, никотином, угарным газом.

Номер раздела Темы урока	Наименование модуля, раздела, темы, урока	Часы учебного времени
М - I	Основы безопасности личности, общества и государства	22
<i>Р- I</i>	<i>Основы комплексной безопасности</i>	22
<i>Тема 1</i>	<i>Человек, среда его обитания, безопасность человека</i>	5
1.1	Город как среда обитания человека	1
1.2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища	1
1.3	Особенности природных условий в городе	1
1.4	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность	1
1.5	Основы безопасности жизнедеятельности человека	1
<i>Тема 2</i>	<i>Опасные ситуации техногенного характера</i>	6
2.1	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения	1
2.2	Пешеход. Безопасность пешехода	1
2.3	Пассажир. Безопасность пассажира.	1
2.4	Водитель.	1
2.5	Пожарная безопасность	1
2.6	Безопасное поведение в бытовых ситуациях.	1
<i>Тема 3</i>	<i>Опасные ситуации природного характера.</i>	2
3.1	Погодные условия и безопасность человека.	1
3.2	Безопасность на водоемах.	1
<i>Тема 4</i>	<i>Опасные ситуации социального характера</i>	3
4.1	Криминогенные ситуации и личная безопасность	1
4.2	Обеспечение личной безопасности дома	1
4.3	Обеспечение личной безопасности на улице	1
<i>Тема 5</i>	<i>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера</i>	6
5.1	ЧС природного характера.	1
5.2	ЧС техногенного характера	1
5.3	Общие правила безопасного поведения при землетрясении и наводнении (практическое занятие)	1
5.4	Общие правила безопасного поведения при урагане, буре, смерче, грозе (практическое занятие)	1
5.5	Общие правила безопасного поведения при возникновении бытовых и природных пожаров (практическое занятие)	1
5.6	Общие правила безопасного поведения при транспортных авариях (практическое занятие)	1
М - II	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	13

<i>P- III</i>	<i>Основы здорового образа жизни.</i>	5
<i>Тема 6</i>	<i>Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни</i>	3
6.1	О здоровом образе жизни (ЗОЖ)	1
6.2	Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья	1
6.3	Рациональное питание. Гигиена питания	1
<i>Тема 7</i>	<i>Факторы, разрушающие здоровье</i>	2
7.1 7.2	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека. Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек	1
<i>P- IV</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи</i>	8
<i>Тема 8</i>	<i>Первая медицинская помощь и правила ее оказания.</i>	8
8.1	Первая медицинская помощь при кровотечении	1
8.2	Оказание первой медицинской помощи при повреждении головы и верхних конечностей (практическое занятие)	1
8.3	Оказание первой медицинской помощи при ушибах (практическое занятие)	1
8.4	Оказание первой медицинской помощи при вывихах (практическое занятие)	1
8.5	Оказание первой медицинской помощи при растяжениях сухожилий и мышц (практическое занятие)	1
8.6	Первая медицинская помощь при отравлении угарным газом	1
8.7	Первая медицинская помощь при пищевом отравлении	1
8.8	Контрольное практическое занятие по теме 8.	1
<i>Всего часов:</i>		34