

Пояснительная записка

Настоящая рабочая программа по внеурочной деятельности «ОБЖ» для 5 класса составлена на основе Основной образовательной программы основного общего образования МАОУ «Лицей № 19». Тематическое планирование, представленное в рабочей программе, реализует вариант планирования, предложенный в сборнике «Примерные программы по учебным предметам. Основы безопасности жизнедеятельности. 5—9 классы» (М.: Просвещение, 2012). Этот вариант предлагается для рабочей программы при изучении предмета в 5—9 классах из расчёта 1 ч в неделю.

В соответствии с учебным планом МАОУ «Лицей №19» на изучении предмета «ОБЖ» в 5 классе отводится 34 часа, из расчета 1 час внеурочной деятельности в неделю

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими *нормативно-правовыми документами*:

1. Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 №1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».

Общая характеристика учебного предмета «ОБЖ»

Внеурочная деятельность «ОБЖ» в основной школе строится так, чтобы были достигнуты следующие **цели**:

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз (жизненно важные интересы — совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование и возможности прогрессивного развития личности, общества и государства);
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение 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;
- выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

За основу проектирования структуры и содержания примерной программы принят модульный принцип ее построения и комплексный подход к наполнению содержания для формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, индивидуальной системы здорового образа жизни и антиэкстремистского и антитеррористического поведения.

Планируемые результаты освоения предмета

Личностными результатами обучения ОБЖ являются:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметные результаты:

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

По окончании 5 класса **обучающийся научится:**

- узнавать потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правилам личной безопасности;
- основным виды активного отдыха в природных условиях и правилам личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях;
- правилам обеспечения безопасности на современном транспорте;
- основным правилам дорожного движения, определению знаков ДД;
- правильно оценивать ситуацию при пожаре;
- правилам безопасного поведения в быту, предупреждению травм в школьном возрасте;
- умению пользоваться системой обеспечения безопасности;
- умениям по оказанию первой медицинской помощи.

Обучающийся получит возможность научиться:

- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам;
- принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.
- обеспечению личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- участвовать в различных видах активного отдыха в природных;
- оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;
- соблюдению норм здорового образа жизни.

Основное содержание программы «ОБЖ»

Данная программа рассчитана на 34 часа (1 час в неделю)

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (22 ч)

Раздел 1. Основы комплексной безопасности (15 ч)

Тема 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека (5ч)

Город как среда обитания. Роль городов в развитии человеческого общества. Особенности современных городов, их деление в зависимости от количества жителей. Система жизнеобеспечения современных городов. Наиболее характерные опасные ситуации для человека, 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; 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.

Тема 2. Опасные ситуации техногенного характера (6 час.)

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. Меры безопасности при поездке железнодорожным транспортом. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом.

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, с бытовым газом, со средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером. Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.

Тема 3. Опасные ситуации природного характера (2 час.)

Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения в предвидении 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.

Тема 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (2 ч)

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 радиационноопасных объектах; аварии на пожаро-взрывоопасных объектах; аварии на химических объектах. Обеспечение личной безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Раздел 2. Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации (7 ч)

Тема 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение (3ч)

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. 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 опасных ситуаций. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знания расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и др.). Умение соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе. Взрывное устройство на улице.

Тема 6. Экстремизм и терроризм — чрезвычайные опасности для общества и государства (4 ч)

Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения. Виды экстремистской и террористической деятельности. Виды террористических актов и их последствия. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (12 ч)

Раздел 4. Основы здорового образа жизни (5 ч)

Тема 7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни (3 ч)

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 основное составляющее здорового образа жизни.

Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Систематические занятия физической культурой - обязательные условия для укрепления и сохранения здоровья.

Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества: углеводы, жиры, белки, витамины, минеральные вещества, вода. Гигиена питания.

Тема 8. Факторы, разрушающие здоровье (2 ч)

Потенциальные возможности человека, значение образа жизни и привычек для их реализации по совершенствованию духовных и физических качеств.

Вредные привычки, их отрицательное влияние на развитие способностей человека и на его здоровье.

Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного дыма на организм курящего и на окружающих. Возможные последствия для здоровья человека от постоянного курения. 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 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (7 ч)

Тема 9. Первая помощь и правила её оказания (7 ч)

Первая медицинская помощь, общее положение по оказанию первой медицинской помощи.

Ситуации, при которых следует немедленно вызывать скорую медицинскую помощь,

правила ее вызова.

Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома.

Последовательная отработка навыков в оказании первой медицинской помощи:

- при ушибах;
- при ссадинах;
- при носовом кровотечении.

Отравления, пути попадания токсических веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях.

Отработка навыков по оказанию первой медицинской помощи при отравлении:

- медикаментами;
- препаратами бытовой химии; кислотами; щелочами; никотином; угарным газом.

**Календарно- тематический план
по внеурочной деятельности «ОБЖ»**

Номер а уроко в по поряд ку	№ урока в раздел е, теме	Тема урока	Характеристика основных видов деятельности ученика (на уровне учебных действий) по теме	Планов ые сроки изучени я учебного материа ла	Скорректирован ные сроки изучения учебного материала
Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (22 ч)					
Раздел 1. Основы комплексной безопасности (15 ч)					
Тема 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека (5ч)					
1	1	Город как среда обитания	Находить информацию об экологической обстановке в местах проживания и возможных опасных ситуациях в области экологии.	05.09.18	
2	2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.	Характеризовать особенности жизнеобеспечения городского и сельского жилища и возможные опасные и аварийные ситуации в жилище.	12.09.18	
3	3	Особенности природных условий в городе	Оценивать состояние окружающей среды. Планировать возможный перечень мероприятий, проводимых по защите здоровья населения, в местах с неблагоприятной экологической обстановкой. Применять правила безопасного поведения на улице, дома, в общественном месте	19.09.18	
4	4	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность.	Исследовать причины дорожно-транспортных происшествий, организацию дорожного движения, правила	26.09.18	

			дорожного движения. Осваивать правила безопасного поведения на дорогах.		
5	5	Безопасность в повседневной жизни	Характеризовать особенности жизнеобеспечения городского и сельского жилища и возможные опасные и аварийные ситуации в жилище. Знакомиться с мерами безопасности в быту. Учиться понимать инструкции пользователя электрических и электронных приборов. Различать предметы бытовой химии. Выбирать наиболее эффективный способ предотвращения опасной ситуации в быту.	03.10.18	
Тема 2. Опасные ситуации техногенного характера (6 ч)					
6	1	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения	Характеризовать причины возникновения чрезвычайных ситуаций техногенного характера и их возможные последствия.	10.10.18	
7	2	Пешеход. Безопасность пешехода	Учиться различать чрезвычайные ситуации техногенного характера в соответствии с их классификацией. Определять потенциально опасные объекты в районе проживания.	17.10.18	
8	3	Пассажир. Безопасность	Знакомиться с рекомендациями	24.10.18	

		пассажира	специалистов по правилам безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Знакомиться с внешними и внутренними угрозами национальной безопасности России.		
9	4	Водитель	Характеризовать систему защиты населения от чрезвычайных ситуаций социального характера в Российской Федерации.	31.10.18	
10	5	Пожарная безопасность	Знакомиться с причинами возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Изучать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности в быту.	14.11.18	
11	6	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	Заучивать правила безопасного поведения при пожаре, в том числе выбирать наиболее эффективный способ предотвращения возгорания, правила эвакуации, оказания помощи младшим, престарелым и т.д.	21.11.18	
Тема 3. Опасные ситуации природного характера (2 ч)					
12	1	Погодные условия и безопасность человека.	Различать чрезвычайные ситуации геологического, метеорологического, гидрологического,	28.11.18	

			биологического происхождения.		
13	2	Безопасность на водоёмах	Объяснять причины возникновения различных чрезвычайных ситуаций природного характера. Сопоставлять возможные последствия чрезвычайных ситуаций.	05.12.18	
Тема 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (2 ч)					
14	1	Чрезвычайные ситуации природного характера	Объяснять причины возникновения различных чрезвычайных ситуаций природного характера. Сопоставлять возможные последствия чрезвычайных ситуаций.	12.12.18	
15	2	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	Различать чрезвычайные ситуации геологического, метеорологического, гидрологического, биологического происхождения	19.12.18	
Раздел 3. Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации (7ч)					
Тема 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение (3 ч)					
16	1	Антиобщественное поведение и его опасность	Знать основные проявления и опасности международного терроризма и наркотизма	26.12.18	
17	2	Обеспечение личной безопасности дома	Характеризовать законодательную и нормативно-правовую базу по организации борьбы с терроризмом в Российской Федерации	16.01.19	

			Федерации		
18	3	Обеспечение личной безопасности на улице	Анализировать и обсуждать эффективность мероприятий, проводимых в Российской Федерации по борьбе с терроризмом.	23.01.19	
Тема 6. Экстремизм и терроризм — чрезвычайные опасности для общества и государства (4 ч)					
19	1	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения.	Характеризовать понятие «контртеррористическая операция». Приводить примеры применения Вооруженных Сил в борьбе с терроризмом	30.01.19	
20	2	Виды экстремистской и террористической деятельности.	Характеризовать понятие «контртеррористическая операция». Приводить примеры применения Вооруженных Сил в борьбе с терроризмом	6.02.19	
21	3	Виды террористических актов и их последствия	Характеризовать понятие «контртеррористическая операция». Приводить примеры применения Вооруженных Сил в борьбе с терроризмом	13.02.19	
22	4	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности	Анализировать влияние уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности на формирование антитеррористического поведения. Формировать антитеррористическое поведение	20.02.19	

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (13 ч)					
Раздел 4. Основы здорового образа жизни (5 ч)					
Тема 7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни (3 ч)					
23	1	О здоровом образе жизни	Изучать особенности индивидуального здоровья, репродуктивного здоровья.	27.02.19	
24	2	Двигательная активность и закаливание организма — необходимые условия укрепления здоровья.	Описывать особенности физического, психического, социального развития человека. Характеризовать составляющие здорового образа жизни.	6.03.19	
25	3	Рациональное питание. Гигиена питания	Описывать особенности физического, психического, социального развития человека. Характеризовать составляющие здорового образа жизни.	13.03.19	
Тема 8. Факторы, разрушающие здоровье (2 ч)					
26	2	Вредные привычки и их влияние на здоровье	Формировать потребность в соблюдении норм здорового образа жизни как способа сохранения и укрепления личного здоровья. Анализировать состояние своего здоровья.	20.03.19	
27	2	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек	Характеризовать основные факторы, разрушающие здоровье (вредные привычки, ранние половые связи); последствия для здоровья человека вредных привычек и ранних половых связей. Выявлять	3.04.19	

			ситуации, потенциально опасные для здоровья.		
Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (7 ч)					
Тема 9. Первая помощь и правила её оказания (7 ч)					
28	1	Общее положение по оказанию первой медицинской помощи.	Знакомиться с общей характеристикой различных повреждений и травм.	10.04.19	
29	2	Первая помощь при различных видах повреждений.	Учиться применять правила оказания первой помощи при различных видах повреждений. Анализировать возможные последствия различных повреждений и травм.	17.04.19	
30	3	Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах (практическое занятия).	Владеть основными приемами оказания первой помощи	24.04.19	
31	4	Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах (практическое занятия).	Владеть основными приемами оказания первой помощи	1.05.19	
32	5	Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях.	Характеризовать неотложные состояния. Накладывать повязки, оказывать первую помощь при отравлениях, ссадинах, ушибах, порезах и т.д.	8.05.19	
33	6	Первая помощь при отравлениях (практическое занятия)	Отрабатывать приемы оказания первой помощи при неотложных состояниях	15.05.19	
34	7	Первая помощь при отравлениях (практическое занятия)	Отрабатывать приемы оказания первой помощи при неотложных состояниях	22.05.19	

Учебно-методическое обеспечение

Для учителя:

1. «Примерные программы по учебным предметам. Основы безопасности жизнедеятельности. 5—9 классы» М.: Просвещение, 2012.

Материально-технической обеспечение

1. Компьютер.
2. Мультимедиа.
3. Интерактивная доска.

«ПРИНЯТО»

Решением педагогического совета
Протокол № 1 от 31 августа 2018 г.

«СОГЛАСОВАНО»

Протокол заседания методического
объединения учителей

от «__» _____ № _____

Руководитель ШМО/ГМО _____ / _____

_____ / _____
Расшифровка подписи

«__» _____ 2018г.

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по УВР

_____ / _____
Расшифровка подписи

«__» _____ 2018г.