

Приложение №1 к ООП
ООО
утвержденной приказом МОУ
Воздвиженской СШ № 95-о п.1 от 29.08.2023

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

«Основы безопасности жизнедеятельности»

для обучающихся 5 класса.

1. Учебный план

№ п/п	Название модуля	Количество часов			Формы промежуточн ой аттестации
		Всего	Теория	Практика	
1	Безопасность в быту	12	9	3	Тестирование
2	Безопасность на транспорте	8	6	2	Тестирование
3	Безопасность в общественных местах	4	3	1	Тестирование
4	Безопасность социуме	6	4	2	Тестирование
5	Безопасность информационном пространстве	4	3	1	Тестирование
	Всего	34	25	9	

2. Календарный учебный график

Дата начала реализации программы: 01.09.2023

Продолжительность реализации программы: 34 учебных недели

Количество учебных дней (занятий): 34 (1 занятие в неделю)

Каникулы: 30.12.2023 – 10.01.2024

Дата окончания реализации программы: 30.05.2024

3. Рабочая программа

Планируемые результаты

Обучающиеся научатся:

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве, 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 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 себя и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице, в подъезде, в лифте, в квартире;
- безопасно вести себя и применять способы самозащиты при карманной краже, при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода, велосипедиста, пассажира транспортного средства, правила поведения на транспорте (наземном, в том числе железнодорожном, воздушном и водном);
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести себя у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести себя в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;

- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства; при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- 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;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учётом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы Интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;

- оказывать первую помощь при ушибах, при растяжениях, при вывихах, при переломах, при ожогах, при отморожениях и общем переохлаждении, при отравлениях, при тепловом (солнечном) ударе, при укусе насекомых и змей.

Обучающиеся получают возможность научиться:

- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность;
- анализировать влияние вредных привычек и факторов на состояние своего здоровья;
- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и её влияние на здоровье человека;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при неинфекционных и инфекционных заболеваниях;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая интернет-ресурсы и другие базы данных;
- усваивать приёмы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

Содержание программы

1-й год обучения

Модуль 1. Безопасность в быту (12 ч.).

Понятие о культуре безопасности жизнедеятельности. Знакомство с курсом и оборудованием Центра «Точка роста».

Понятие об основных источниках опасности в быту. Классификация и характеристика.

Понятие об источниках травм в быту и мерах их предупреждения.

Правила безопасного пользования бытовым газом и электричеством.

Правила пожарной безопасности в жилых домах.

Правила безопасного пользования бытовой химией.

Правила безопасного содержания домашних животных и обращения с ними.

Правила поведения детей дома в отсутствие взрослых.

Модуль 2. Безопасность на транспорте (8 ч.).

Основные правила дорожного движения и дорожные знаки.

Правила безопасного поведения пешехода.

Правила безопасного поведения велосипедиста.

Правила безопасного поведения пассажира.

Правила безопасного поведения на железнодорожном транспорте и в метро.

Правила безопасного поведения на водном и воздушном транспорте.

Правила безопасного поведения при ДТП.

Модуль 3. Безопасность в общественных местах (4 ч.).

Источники опасности в общественных местах.

Источники рисков в ситуациях криминогенного характера в общественных местах.

Пожарная безопасность в общественных местах. Действия при эвакуации при пожаре.

Правила поведения в толпе, при массовых беспорядках, при панике.

Модуль 4. Безопасность в социуме (6 ч.).

Правила безопасного взаимодействия с окружающими людьми. Причины конфликтов и способы их предупреждения.

Проявления буллинга и троллинга в школьной среде и противостояние им.

Правила безопасного поведения при общении с манипуляторами и мошенниками.

Риски опасных увлечений молодежи.

Виды ответственности несовершеннолетних.

Модуль 5. Безопасность в информационном пространстве (4 ч.).

Признаки опасных и вредоносных компьютерных программ и способы защиты от них.

Понятие и признаки опасного контента в сети Интернет.

Понятие о роли личности в профилактике вовлечения в деструктивные течения и группы.

Основы безопасного общения в социальных сетях.

Тематическое планирование

№ занятия	Тема занятия	Количество часов		Форма текущего контроля
		Теория	Практика	
Модуль 1. Безопасность в быту (12 занятий, 12 часов)				
1	Общие правила безопасного поведения. Техника безопасности на занятиях	1	0	
2	Основные источники опасности в быту	1	0	
3	Источники и профилактика травм в быту	0	1	
4-5	Правила пользования газом и электричеством	1	1	Решение кейсов
6-7	Пожарная безопасность в жилых домах	1	1	Решение кейсов
8-9	Бытовая химия	1	1	
10	Домашние животные	0	1	
11	Один дома	0	1	
12	Промежуточная аттестация	0	1	
Модуль 2. Безопасность на транспорте (8 занятий, 8 часов)				
13	Правила дорожного движения	1	0	
14	Безопасность пешехода	0	1	
15	Безопасность велосипедиста	0	1	
16	Пассажир	0	1	
17	Безопасность на железнодорожном транспорте и в метро	0,5	0,5	Решение кейсов
18	Безопасность на водном и воздушном транспорте	0,5	0,5	Решение кейсов
19	Правила поведения при ДТП	1	0	
20	Промежуточная аттестация	0	1	
Модуль 3. Безопасность в общественных местах (4 занятия, 4 часа)				
21	Источники опасности в общественных местах	1	0	
22	Пожарная безопасность в общественных местах	0	1	
23	Правила поведения в	0	1	Решение кейсов

	толпе, при массовых беспорядках, в панике			
24	Промежуточная аттестация	0	1	
Модуль 4. Безопасность в социуме (6 занятий, 6 часов)				
25	Культура взаимодействия с окружающими людьми. Конфликты, их предупреждение и выход из них	0	1	
26	Буллинг и троллинг в школьной среде	0	1	
27	Как не стать жертвой манипуляторов и мошенников	0	1	Решение кейсов
28	Опасные увлечения молодежи	1	0	
29	Ответственность несовершеннолетних	1	0	
30	Промежуточная аттестация	0	1	
Модуль 5. Безопасность в информационном пространстве (4 занятия, 4 часа)				
31	Опасные и вредоносные компьютерные программы	1	0	
32	Защита компьютера и мобильного устройства от вредоносного воздействия.	0	1	Практическая работа
33	Опасный контент	1	0	
34	Роль личности в профилактике вовлечения в деструктивные сообщества и группы	0	1	Итоговая аттестация

4. Оценочные и методические материалы

Текущий контроль знаний и промежуточная аттестация происходят в устной или письменной форме.	знаний и промежуточная аттестация происходят в	аттестация происходят в
Письменные работы производятся в форме «зачет»/ «незачет» в зависимости от процента выполнения работы:	проводятся в виде тестирования. Оценка письменных работ производится в форме «зачет»/ «незачет» в зависимости от процента	зависимости от процента

Структура работы	Содержание работы	Критерии оценивания
Тестовый контроль	10-15 тестовых заданий	0—49% выполненных заданий—«незачет», низкий уровень; 50—75% выполненных заданий — «зачет», средний уровень; 76—100% выполненных заданий — «зачет», высокий уровень

При проведении практических занятий критерием оценки является степень овладения практическими навыками, оцениваемая качественными методами (результат достигнут).

Критерии оценки проектной работы:

1. Способность к самостоятельному приобретению знаний и решению проблем, проявляющаяся в умении поставить проблему и выбрать адекватные способы её решения, включая поиск и обработку информации, формулировку выводов и/или обоснование и реализацию/апробацию принятого решения, обоснование и создание модели, прогноза, макета, объекта, творческого решения и т. п.

2. Сформированность предметных знаний и способов действий, проявляющаяся в умении раскрыть содержание работы, грамотно и обоснованно в соответствии с рассматриваемой проблемой/темой использовать имеющиеся знания и способы действий.

3. Сформированность регулятивных действий, проявляющаяся в умении самостоятельно планировать и управлять своей познавательной деятельностью во времени, использовать ресурсные возможности для достижения целей, осуществлять выбор конструктивных стратегий в трудных ситуациях.

4. Сформированность коммуникативных действий, проявляющаяся в умении ясно изложить и оформить выполненную работу, представить её результаты, аргументированно ответить на вопросы.

Для оценивания применяются задания из методических пособий:

- «Примеры заданий для оценки достижений планируемых результатов по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» Фонда новых форм развития образования, Москва, 2019 год;

- С.С. Волкова, Э.Н. Сафина «Реализация образовательных программ по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» с использованием оборудования центра «Точка роста». – Москва, 2021.

При реализации Программы используются:

- методическое пособие ФНФРО «Безопасное поведение» <https://clck.ru/UZA2H>

- кейсы к разделу «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи»

<https://mosmetod.ru/centr/proekty/urok-v-moskve/obzh/pervaya-pomoshch-pri-travmakh-grudi.html>; <https://mosmetod.ru/centr/proekty/urok-v-moskve/obzh/pervaya-pomoshch-pri-travmakh-zhivota.html>; <https://mosmetod.ru/centr/proekty/urok-v-moskve/obzh/pervaya-pomoshch-pri-travmakh-taza-i-pozvonochnika.html>;

<https://mosmetod.ru/centr/proekty/urok-v-moskve/obzh/pervaya-pomoshch-pri-travmakh-golovy.html>;

<https://mosmetod.ru/centr/proekty/urok-v-moskve/obzh/pervaya-pomoshch-pri-sindrome-dlitelnogo-sdavleniya.html>;

<https://mosmetod.ru/centr/proekty/urok-v-moskve/obzh/pervaya-pomoshch-pri-otravleniyakh.html>; <https://mosmetod.ru/centr/proekty/urok-v-moskve/obzh/pervaya-pomoshch-pri-ukusakh-nasekomykh-i-zmej.html>;

<https://mosmetod.ru/centr/proekty/urok-v-moskve/obzh/pervaya-pomoshch-pri-ushibakh-i-rastyazheniyakh.html>; <https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/obzh/urok-v-moskve/obj-urok-120116-12.html>;

<https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/obzh/urok-v-moskve/obj-urok-120116-11.html>;

<https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/obzh/urok-v-moskve/obj-urok-120116-10.html>;

<https://mosmetod.ru/metodicheskoe-prostranstvo/srednyaya-i-starshaya-shkola/obzh/urok-v-moskve/obj-urok-120116-9.html>

- кейсы «Индивидуальная модель здорового образа жизни»

http://www.chelsma.ru/files/misc/metodicheskie_materialy.pdf

- кейсы «Безопасность в повседневной жизни»

<https://mosmetod.ru/centr/proekty/urok-v-moskve/obzh/bezopasnoe-selfi.html>;

<https://mosmetod.ru/centr/proekty/urok-v-moskve/obzh/bezopasnost-passazhirov-na>

zheleznodorozhnom-transporte.html; <https://mosmetod.ru/centr/proekty/urok-v-moskve/obzh/pervichnye-sredstva-pozharotusheniya.html>;
<https://mosmetod.ru/centr/proekty/urok-v-moskve/obzh/pravila-povedeniya-pri-pozhare-v-metropolitene.html>; <https://mosmetod.ru/centr/proekty/urok-v-moskve/obzh/pravila-povedeniya-pri-pozhare-v-teatrakh-i-kinoteatrakh.html>;
<https://mosmetod.ru/centr/proekty/urok-v-moskve/obzh/pravila-povedeniya-pri-zakhvate-samoleta-terroristami.html>; <https://mosmetod.ru/centr/proekty/urok-v-moskve/obzh/kompleksnaya-bezopasnost-mnogokvartirnogo-doma.html>;
<https://mosmetod.ru/centr/proekty/urok-v-moskve/obzh/elektrobezopasnost.html>;
<https://mosmetod.ru/centr/proekty/urok-v-moskve/obzh/pravila-povedeniya-i-obespechenie-lichnoj-bezopasnosti-pri-polzovanii-liftom.html>;
<https://mosmetod.ru/centr/proekty/urok-v-moskve/obzh/pravila-bezopasnogo-vozhdeniya-dvukhkolesnogo-transportnogo-sredstva.html>

- методическое пособие «Информационная безопасность»

<https://lbz.ru/metodist/authors/ib/ib-mp-tsvetkova.pdf>.