

Программа по ОБЖ для 5-6 класса

Пояснительная записка

Данная рабочая программа составлена на основе следующих документов:

- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования «Об утверждении ФГОС основного общего образования». Утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «17» декабря 2010 г.
- Рабочая программа к учебнику Н.Ф. Виноградовой, Д.В. Смирнова, А.Б.Таранина. «Основы безопасности жизнедеятельности» 5-6 класс Москва Издательский центр «Вентана – Граф» 2012.
- Учебный план МБОУ СОШ 41 на 2018-2019 учебный год.
- Учебник ОБЖ 5- 6 класс Виноградова Н.Ф, Смирнов Д.В, Сидоренко Л.В, Таранин А.Б. Москва издательский цент «Вентана – Граф» 2015г.

В соответствии с учебным планом предмет изучается в 5—6 классах по 0.5 часа в неделю:

Основными задачами изучения данной предметной области являются

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса.

Личностные результаты:

- осознание важности здорового образа жизни;
- соблюдение правил здорового образа жизни;
- соблюдение правил безопасности в быту, в школе, на прогулках;
- способность оценивать своё поведение в разных жизненных ситуациях с точки зрения безопасности;
- способность предвидеть опасные ситуации и избегать их;
- быть готовыми к преодолению опасных ситуаций в случае их неизбежности.

Метапредметные результаты:

- анализ ситуаций, влияющих положительно или отрицательно на самочувствие и здоровье человека;
- сравнение примеров опасного и безопасного поведения;
- планирование и организация своей жизни и деятельности с учётом безопасности;
- обобщение изученного материала, формулирование выводов о возможных причинах возникновения опасных ситуаций.

Предметные результаты:

- расширение знаний о здоровом образе жизни, ситуациях, которые нарушают его, и причинах их возникновения;
- использование полученных знаний в учебных ситуациях, применение знаний для прогнозирования и оценки поведения;
- расширение кругозора и культурного опыта школьника, формирование умения воспринимать мир не только рационально, но и образно.

Содержание курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5 класса содержит следующие разделы.

Введение Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».

Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя

Особенности организма человека. Организм человека как единое целое. Функции разных систем органов тела. Почему нужно знать свой организм. Укрепление нервной системы, тренировка сердца, дыхательной системы. Принципы рационального питания. Первая помощь при отравлении и пищевой аллергии.

Здоровье органов чувств. Охрана органов чувств. Первая помощь при попадании в глаз инородного тела.

Как вести здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье. Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши).

Движение — это жизнь. Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.

Закаливание как условие сохранения и укрепления здоровья. Правила закаливания младшего подростка.

Компьютер и здоровье. Правила безопасного пользования компьютером. Виды занятий, снимающих утомление.

Безопасный дом. Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры и мытья посуды. Животные и насекомые, распространяющие инфекцию (мыши, тараканы, клопы). Техника безопасности в доме. Первая помощь при ушибах, отравлении химическими веществами (парами клея, краски, газом) и поражении электрическим током.

Школьная жизнь

Выбор пути: безопасная дорога в школу. Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения. Дорожное движение в населённом пункте и за городом. Безопасная дорога. Выбор безопасного пути в школу. Правила поведения на дорогах и улицах. Оценка пешеходом дорожной ситуации. «Дорожные ловушки» — способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций. Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира в разных видах транспорта.

Правила поведения в школе. Общие правила поведения в школьном помещении и во дворе школы. Поведение на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой. Может ли общение привести к беде. Первая помощь при сотрясении мозга, ушибах и кровотечениях. Помощь заболевшему ребёнку.

Ориентирование в школьных помещениях. Меры предупреждения пожаров, правила эвакуации при пожаре. Помощь при отравлении угарным газом.

Практические работы

Измерение пульса, проверка выносливости; тренировка дыхательной системы; проверка степени загрязнения воды; анализ режима питания; овладение приёмами тренировки глаз; проверка уровня физической подготовки учащегося; составление программы закаливания; освоение правил пользования компьютером; выбор безопасного маршрута от дома до школы; оценка дорожной обстановки; освоение правил дорожного движения; выбор правильного решения в конфликтной ситуации; эвакуация из здания школы; действия при пожаре в школе

Введение

Необходимость изучения предмета ОБЖ. Символическое изображение правил ОБЖ.

Анализируют информацию, представленную в тексте учебника (с. 4).

Обсуждают и оценивают проблемные ситуации, представленные в иллюстрациях {учебник, с. 6}.

Анализируют и дают характеристику знакам -символам ОБЖ (учебник, с. 5).

Стр 3-6

2 За что „отвечают” системы органов.

Организм человека как единое целое. Функции разных систем органов тела. Почему нужно знать свой организм

Актуализируют знания из имеющегося опыта по данной теме (учебник, с. 8).

Выполняют тестовые задания ,оценивают знания об особенностях своего организма (учебник, с, 8).

Работают в парах : правила взаимодействия при решении учебной задачи. Стр 8-9

3 Почему нужно знать свой организм

Организм человека как единое целое. Функции разных систем органов тела.

Изучают строение организма, представляют расположение органов человека. Отвечают на вопросы учебника (с.8)

Знакомятся с системами органов, доказывают истинность высказывания «Организм человека – единое целое» Стр 8 -10

4 Как укреплять нервную систему.

Выполнение правил бережного отношения к нервной системе Укрепление нервной системы.

Обсуждают и анализируют, что любит нервная система. Работают с иллюстрациями .

Измеряют пульс и составляю план укрепления нервной системы «Что мы обязательно должны делать каждый день, чтобы укреплять нервную систему». Стр 10-11

5 Как можно тренировать сердце.

О чём «рассказывает» пульс. Тренировка сердца.

Анализируют знания о нервной системе. Измеряют пульс до и после нагрузки. Выполняют ряд физических упражнений.

Запоминают нормальный пульс у детей, делают вывод. Стр12

6 Упражняем дыхательную систему.

Дыхательная система человека, её функции и значение. Охрана дыхательной системы.

Вспоминают ответ на вопрос «Что такое дыхательная система?».

Обсуждают вместе «Правила бережного отношения к дыхательной системе».

Упражняют дыхательную систему (дыхательные упражнения).

Работают с рубрикой «Медицинская страничка» (учебник, с. 15).Стр 13-15

7 Питаемся правильно.

Питание школьника-подростка. Почему важно обращать внимание на правильное питание. Принципы рационального питания. Первая помощь при отравлениях и пищевой аллергии.

Читают и анализируют текст «Рациональное питание — что это такое» (учебник, с. 16).

Анализируют схему (пирамиду) сбалансированного питания.

Ведут диалог на основе проведённого опыта и проблемных ситуаций (учебник, с. 19—20).

Оценивают проблемные ситуации «Как мы питаемся».

Выполняют практическую работу «меню для подростка».

Работают с рубрикой «Медицинская страничка» (учебник, с. 22). Стр 16-18

8 Что такое рацион.

Питание школьника-подростка. Почему важно обращать внимание на правильное питание. Принципы рационального питания. Первая помощь при отравлениях и пищевой аллергии.

Читают и анализируют текст «Рациональное питание — что это такое» (учебник, с. 16).

Анализируют схему (пирамиду) сбалансированного питания.

Ведут диалог на основе проведённого опыта и проблемных ситуаций (учебник, с. 19—20).

Оценивают проблемные ситуации «Как мы питаемся».

Выполняют практическую работу «меню для подростка».

Работают с рубрикой «Медицинская страничка» (учебник, с. 22). Стр 19 - 23

9 Здоровье органов чувств.

Правила бережного отношения к органам чувств.

Вспоминают органы чувств. Оценивают себя в тесте на с.24.

Обращают внимание и делают вывод о проверке зрения. Читают и высказывают своё мнение.

10 Зрение.

Правила бережного отношения к органам чувств.

Работают с рубрикой «Знаешь ли ты себя?»: выполняют самоконтроль поведения (оценка выполнения тестовых заданий).

Выполняют практическую работу: тренировка глаз.

Обсуждают и оценивают информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка». Стр 24-26

11 Проектная деятельность.

Исследовательская деятельность по темам «Сохраняем зрение». Сравнительная характеристика», «Как сохранить зрение?», «Богатство зрительных ощущений. Как сохранить его?».

Слушают и обсуждают представленные проекты.

12 Проектная деятельность.

Исследовательская деятельность по темам «Слух человека и животных. Сравнительная характеристика», «Как сохранить слух?», «Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его?». Слушают и обсуждают представленные проекты.

13 Здоровый образ жизни.

Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье.

Анализируют и высказывают своё мнение «Что влияет на здоровье».

Оценивают себя в тесте «Знаешь ли ты себя?»: Анализируют и обсуждают ситуации (учебник, с. 29). Делают вывод и запоминают. Стр 28 - 29

14 Чистота — залог здоровья.

Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши).

Работают в парах :оценивают «вредные» советы (по текстам и иллюстрациям, учебник, с. 30).

Работают в группах: составляют памятки «Правила личной гигиены».

Работают с текстами и иллюстрациями (учебник, с. 32-36). Стр 30 - 31

15 Правила личной гигиены.

Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши).

Вспоминают какой вред причиняют мухи. Составляют правила употребления фруктов.

Читают и анализируют материал, представленный на «Медицинской страничке» (учебник, с. 31, 33).

Рассматривают иллюстрации и составляют рассказ «Возможные пути заражения глистами».

Узнают что такое педикулёз. Стр 32 - 36

16 Движение — это жизнь.

Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.

Практическое занятие в физкультурном зале.

Выполняют физические упражнения, рассказывают чем полезны занятия физкультурой и спортом. Оценивают себя при выполнении упражнений. Комплекс дыхательных упражнений

17 Закаливание

Закаливание — средство охраны и укрепления здоровья. Программа и правила закаливания.

Обсуждают вместе «Что такое закаливание». Рассматривают иллюстрации с.40-41 и разделяют их по видам закаливания. Высказывают своё мнение.

Составляют программу закаливания.

Читают и анализируют материал, представленный на «Медицинской страничке» с.42 Стр 40 - 42

18 Подросток и компьютер.

Правила безопасного пользования компьютером. Виды занятий, снимающих утомление.

Работают с рубрикой «Знаешь ли ты себя?»: делают самоанализ и самооценку поведения и организации деятельности.

Анализируют информацию, представленную в тексте учебника.

Осваивают правила работы с компьютером.

Совместная деятельность в парах: анализируют иллюстративный материал по теме урока.
Стр 43- 48

19 Повторение и обобщение пройденного.

Что такое здоровый образ жизни. Правила здорового образа жизни.

Рассматривают схемы (учебник, с. 48), подбирают примеры, иллюстрирующие её позиции.

Работают в парах: делают вывод «Что такое здоровый образ жизни», записывают его, сравнивают с результатами работы других пар. Оценивают свою работу.

20 Мой безопасный дом.

Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры и мытья посуды. Животные, распространяющие инфекцию (мыши, тараканы, клопы).

Учебный диалог (работа с рубрикой «Обсудим вместе»): сравнивают высказывания, определяют ложные суждения (учебник, с. 50).

Работают в парах, составляют план уборки квартиры. Стр 50

21 Наводим в доме чистоту.

Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте. Правила уборки квартиры и мытья посуды. Животные, распространяющие инфекцию мыши, тараканы.

Обсуждают и анализируют высказывания с.50 Отвечают на вопрос «Есть ли необходимость бороться с обитающими в доме мышами и тараканами?»

Читают и анализируют текст учебника. Формулируют правила мытья посуды.

Составляют памятку: «Как мыть посуду». Стр 51 - 52

22 Техника безопасности в доме.

Техника безопасности в доме. Первая помощь при ушибах, отравлении клеем, его парами, газом и при поражении током.

Актуализируют знания прошлого урока .Анализируют иллюстрации (учебник, с. 53),
Читают текст и рассматривают иллюстрации (техника безопасности, учебник, с. 55-56).

Запоминают правила техники безопасности.

Читают и анализируют материал, представленный на «Медицинской страничке» с 54 Стр
53 - 54

23 Безопасное электричество.

Техника безопасности в доме. Первая помощь при ушибах, отравлении клеем, его парами, газом и при поражении током.

Рассматривают, читают , обсуждают правила безопасности при пользовании электроприборами. Узнают о безопасном газе, его предназначении признаках отравления им. Работают с «Медицинской страничкой» с 56 Стр 55- 56

24 Дорога в школу и обратно.

Школьная жизнь начинается с дороги. Безопасная дорога от дома до школы.

Работают с рубриками «Знаешь ли ты себя» и «Вспомни»: самоанализ и самооценка поведения (на дорогах и улицах).

Выполняют практическую работу: безопасный маршрут до школы. Стр 58 - 60

25 Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения.

Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения. Правила безопасного поведения пассажира и пешехода. Оценивание дорожной ситуации с позиций безопасности,

Читают и анализируют текст (учебник, с. 60).

Работают в парах: оценивают информацию, представленную в иллюстрациях (учебник, с. 61).

Составляют схему «Разные способы регулирования дорожного движения». Отвечают на вопросы Стр 60 - 62

26 Умеешь ли ты оценивать дорожную обстановку?

Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения. Правила безопасного поведения пассажира и пешехода. Оценивание дорожной ситуации с позиций безопасности,

Читают и анализируют текст (учебник, с. 61 - 63).

Работают в парах: оценивают информацию, представленную в иллюстрациях (учебник, с. 61).

Выполняют практическую работу: анализируют и обобщают информацию, представленную в иллюстрациях; анализируют и характеризуют дорожные знаки (учебник, с. 63-65), Стр 63 - 65

27Безопасная дорога.

Дорожное движение в населённом пункте и за городом. Безопасная дорога.

Правила поведения на дорогах и улицах. «Дорожные ловушки» — способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций.

Выполняют практическую работу: обсуждают ситуации, связанные с дорожными ловушками (учебник, с. 71-73); повторяют правила и знаки дорожного движения.

Работают с рубрикой «Для любознательных» (учебник, с. 73). Стр 65- 68

28 Правила пешехода.

Дорожное движение в населённом пункте и за городом. Безопасная дорога.

Правила поведения на дорогах и улицах. «Дорожные ловушки» — способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций.

Читают и анализируют текст на стр.68 – 69. Выполняют задание стр.69. Рассматривают рисунки и формулируют правила перехода по проезжей части, составляют рассказ «Как переходить дорогу» Оценивают ситуации на стр. 72 Стр 68-73

29Школьник как пассажир.

Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира разных видов транспорта.

Работают с информацией, представленной в иллюстрациях (учебник, с. 74).

Работают в парах: рассказ для младшего школьника на тему «Как перейти дорогу».

Работают в группах: «Зададим друг другу вопросы». Читают стр.73 Стр 74

30Общие правила школьной жизни.

Ориентировка в школьных помещениях. Расположение помещений в школе. Функции разных школьных помещений. Общие правила безопасного поведения в школьных помещениях и во дворе школы.

Работают в группах: рисуют план школы с указанием основных помещений.

Участвуют в диалоге с учителем: «Может ли неправильное поведение в школе привести к неприятностям?».

Составляют памятку «Общие правила поведения в школе». Стр 75

31Правила поведения в школе.

Поведение на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой.
Безопасное общение. Первая помощь при сотрясении мозга, ушибах и кровотечениях.

Меры предупреждения пожаров, правила эвакуации при пожаре. Помощь при отравлении угарным газом и при ожогах.

Читают и анализируют текст учебника «Поведение на занятиях» (с. 75).

Работают с рубрикой «Проверь себя», обсуждают и оценивают результаты самотестирования.

Участвуют в диалоге с учителем : «„Вредные советы" Г. Остера». Делают вывод. Стр 76 - 77

32 Поведение, которое приводит к беде.

Поведение на занятиях, переменах, во время передвижения по школе, в столовой.
Безопасное общение. Первая помощь при сотрясении мозга, ушибах и кровотечениях.

Меры предупреждения пожаров, правила эвакуации при пожаре. Помощь при отравлении угарным газом и при ожогах.

Объясняют значение пословиц и поговорок Обсуждают ситуации и находят правильное решение. Анализируют высказывания и определяют какие из них могут привести к беде. (стр.79)

Определяют по фото чувства, которые испытывает человек.

Работают с рубрикой «Медицинская страничка»: оценивают информацию, представленную в рубрике (учебник, с. 81).Стр 78 - 81

33 Если в школе пожар.

Как вести себя, если в школе начался пожар. Правила эвакуации при пожаре,

Работают с рубрикой «Вспомни»: как мы ориентируемся в школьных помещениях.

Работают в группах: читают схемы эвакуации при пожаре в школе.

Читают и обсуждают текст: правила поведения при пожаре.

Анализируют информацию, представленную в рубрике «Медицинская страничка» (учебник, с. 86).

Стр 82-86 Повторить весь курс

34 Итоговая диагностика

Выполнение итогового теста.

35 Анализ итоговой диагностики

Планируемые результаты изучения учебного курса.

1. Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата)
2. Использование элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа
3. Участие в практической деятельности, проведении спортивно-тренировочных мероприятий, приобщение к поисковой и творческой деятельности
4. Поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа
5. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.
6. Воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде; к личному здоровью, как индивидуальной, так и общественной ценности; к безопасности личности, общества и государства
7. Овладение умениями: предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и план своих действий в конкретной опасной ситуации, с учетом реальной обстановки и своих возможностей.
8. Развитие личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; потребность соблюдать нормы здорового образа жизни

Тематическое планирование 5 класс

№	Тема	Кол.час
1	Техника безопасности на уроках ОБЖ. Необходимость изучения предмета ОБЖ .	1
2	Выполнение правил бережного отношения к нервной системе .	1
3	Питаемся правильно .	1
4	Здоровый образ жизни факторы влияющие на здоровье .	1
5	Чистота залог здоровья .	1
6	Закаливание .	1
7	Подросток и компьютер .	1
8	Мой безопасный дом .	1
9	Техника безопасности в доме	1
10	Дорога в школу и обратно	1
11	Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения	1
12	Правила поведения про пожаре . Безопасное поведения	1
13	Школьник как пассажир	1
14	Общие правила поведения школьника	1
15	Ориентирование школьников в помещении	1
16	Правила поведения школьника	1
17	Итоговое тестирование . Если в школе пожар .	1
18	Итоговые занятия .	1

IV Календарно-тематическое планирование 5 класса

Щ

№ урока	Наименование раздела, темы, урока	<u>Дата.</u>		<u>Коррекция</u>
		Пл.	Факт.	
1	Техника безопасности на уроках ОБЖ. Необходимость изучения предмета ОБЖ .			
2	Выполнение правил бережного отношения к нервной системе .			
3	Питаемся правильно .			
4	Здоровый образ жизни факторы влияющие на здоровье .			
5	Чистота залог здоровья .			
6	Закаливание .			
7	Подросток и компьютер .			
8	Мой безопасный дом .			
9	Техника безопасности в доме .			
10	Дорога в школу и обратно .			
11	Пешеходы и пассажиры – участники дорожного движения			
12	Правила поведения про пожаре . Безопасное поведения .			
13	Школьник как пассажир .			
14	Общие правила поведения школьника.			
15	Общее правило поведения школьника .			
16	Ориентирование школьников в помещении .			

17	Правила поведения школьника .			
18	Итоговое тестирование .Если в школе пожар . Итоговое занятие .			

Тематическое планирование 6 класс

№	Тема	Кол.час
1	Необходимость изучения ОБЖ .Подготовка к прогулке	1
2	Подготовка к прогулке выбор одежды по сезону . .	1
3	На игровой площадке . Меры безопасности при подвижных играх .	1
4	Первая помощь при переломах , вывихах , травмах	1
5	Правила поведения при встрече с собакой	1
6	Ориентирование на местности .	1
7	Ориентирование по компасу , солнцу , часам , Полярной звезде	1
8	Правила поведения на экскурсии	1
9	Если встретилась опасность . Экстремальные ситуации	1
10	. На водоёме . Правила поведения на водоёмах . Первая помощь пострадавшим .	1
11	Туристические походы .	1
12	. Правила организации безопасного отдыха . . Первая помощь пострадавшему	1
13	Походная аптечка	1
14	. Первая помощь пострадавшему .	1
15	Когда человек сам себе враг ?	1
16	Вред алкоголя .	1
17	Итоговый контроль	1

IV Календарно-тематическое планирование 6 класса

Щ

№ урока	Наименование раздела, темы, урока	<u>Дата.</u>		<u>Коррекция</u>
		Пл.	Факт.	
1	Необходимость изучения ОБЖ .Подготовка к прогулке .			
2	Подготовка к прогулке выбор одежды по сезону . .			
3	На игровой площадке . Меры безопасности при подвижных играх .			
4	Первая помощь при переломах , вывихах , травмах .			
5	Правила поведения при встрече с собакой . Первая помощь при укусе .			
6	Ориентирование на местности . Измерение расстояния на местности .			
7	Ориентирование по компасу , солнцу , часам , Полярной звезде .			
8	Правила поведения на экскурсии .			
9	Если встретилась опасность . Экстремальные ситуации .			
10	На водоёме . Правила поведения на водоёмах . Первая помощь пострадавшим .			
11	Туристические походы .			
12	Правила организации безопасного отдыха . . Первая помощь пострадавшему .			
13	Походная аптечка .			
14	Первая помощь пострадавшему .			
15	Когда человек сам себе враг ?			

16	Вред алкоголя .			
17	Итоговые занятия			