

Приложение к основной
общеобразовательной программе
основного общего образования
Муниципального общеобразовательного
учреждения « Шайгинская основная
общеобразовательная школа»,
утвержденной приказом
МОУ Шайгинская ООШ
от 11.08.2023г. №97-од

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«УЧИСЬ ЖИТЬ В БЕЗОПАСНОСТИ»
ДЛЯ 5-7 КЛАССА**

р.п.Шайгино, 2023г

Планируемые результаты освоения учебной программы по ОБЖ в 5 - 7 классе

Личностными результатами обучения в 5-7 классах являются:

1. освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
2. развитие способности и готовности к саморазвитию и личностному самоопределению;
3. формирование системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно - смысловых жизненных установок, социальных компетенций.

Метапредметные результаты обучения представлены универсальными учебными действиями:

1. анализом ситуаций, влияющих положительно и отрицательно на самочувствие и здоровье человека;
2. сравнением примеров опасного и безопасного поведения;
3. планированием и организацией своей жизни и деятельности с учётом безопасности;
4. обобщением изученного материала, формулированием выводов о возможных причинах возникновения опасных ситуаций.

Регулятивные УУД

Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.

Познавательные УУД

Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы.

Коммуникативные УУД

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 учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

Предметные результаты обучения нацелены на решение прежде всего образовательных задач:

1. формирование научного типа мышления и интеллектуальной деятельности на основе полученных знаний;
2. освоение основных понятий и научной терминологии; использование методов познания и исследования, принятых в данной науке и определены в каждом разделе программы.

Содержание учебного предмета, курса «Учись жить в безопасности» 5 класс.

Основы комплексной безопасности (4 часов).

Почему нужно изучать предмет «Учись жить в безопасности»? Чтобы сохранить жизнь и здоровье нужно знать себя. Что такое - здоровый образ жизни.

Организм человека и его безопасность (9 часа)

Организм человека и его безопасность. За что отвечают системы органов. Чем человек отличается от животных. Почему нужно знать свой организм. Укрепляем нервную систему. Тренируем сердце. Развиваем дыхательную систему. Питаемся правильно.

Как вести здоровый образ жизни (6 часов)

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Здоровый образ жизни – индивидуальная глава поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств. Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия сохранения и укрепления здоровья. Рациональное питание. Роль питания в сохранении здоровья человека. Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье.

Мой безопасный дом (2 часа)

Чистота в доме - залог здоровья. Как обезопасить себя при выполнении домашних дел. Наводим в доме чистоту.

Школьная жизнь (10 часов)

Безопасная дорога в школу. Выбор пути: безопасная дорога в школу. Пешеходы и пассажиры- участники дорожного движения. правила безопасности пешеходов. Умение оценивать дорожную обстановку. Правила поведения в школе. Поведения на занятиях. Поведение на переменах. Заболевший в школе. Правила поведения при пожаре

На игровой площадке (2 часа)

Правила поведения на игровой площадке. Качели и безопасность. Правила езды на велосипеде. Оказание первой медицинской помощи. Медицинская (домашняя) аптечка. Оказание первой медицинской помощи при травмах.

Тематическое планирование 5 класс

№	Раздел/тема	Содержание воспитания	Кол-во часов	П/Р	К/Р
1	Основы комплексной безопасности	<i>Интеллектуальное воспитание.</i> Формирование представлений о научной картине мира. Освоение общенаучных методов: наблюдение, измерение, эксперимент, моделирование. <i>Правовое воспитание и культура безопасности:</i> Творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.	4		1
2	Организм человека и его безопасность	<i>Интеллектуальное воспитание:</i> 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 качества окружающей среды и продуктов питания. <i>Социально-коммуникативное воспитание.</i> Умение формулировать	9		1

		гипотезы, анализировать полученные результаты. <i>Здоровьесберегающее воспитание.</i> Меры профилактики заболеваний, оказание первой медицинской помощи. <i>Экологическое воспитание.</i> Бережное отношение к природе. Охрана биологических объектов.			
3	Как вести здоровый образ жизни	<i>Здоровьесберегающее и физическое воспитание:</i> классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций.	6	1	
4	Мой безопасный дом	<i>Воспитание семейных ценностей:</i> характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека.	2	1	
5	Школьная жизнь	<i>Гражданско – патриотическое воспитание:</i> классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка.	10		
6	На игровой площадке	<i>Культурно – творческое и эстетическое воспитание:</i> владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности . <i>Интеллектуальное воспитание.</i> исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной	2		

		безопасности.			
7	Резерв		1		
	Всего		34	2	2

Содержание учебного предмета, курса 6 класс

Введение. На игровой площадке (5 часов)

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Подготовка к прогулке. Выбор одежды и обуви с учётом погоды и планируемых подвижных игр. Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием на площадке, при езде на велосипеде. Зимние игры, безопасность при езде на санках-ледянках. Первая помощь при переломах и вывихах. Поиск подростками «приключений»: оправдан ли риск. Животные на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой. Первая помощь при укусе собаки.

На природе (12 часов)

Ориентирование на местности. Что такое ориентир. Ориентирование по компасу, Солнцу и часам; Полярной звезде; местным признакам. Измерение расстояния на местности. Опасности, которые могут встретиться во время прогулок. Общие правила поведения во время экскурсий на природу. Правила поведения в экстремальных ситуациях (при потере ориентиров на незнакомой местности и др.). Опасные встречи (животные, насекомые, змеи). Первая помощь при укусе насекомого, змеи. Правила поведения на водоёмах. Выбор и оценка места для купания. Первая помощь при судорогах, солнечном ударе, утоплении. Оценка состояния льда в осеннее и весеннее время. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные преграды.

Туристический поход: радость без неприятностей (8 часов)

Правила организации безопасного туристического похода. Подготовка к походу: сбор снаряжения, продуктов. Одежда и обувь для похода. Правила упаковки рюкзака. Спальный мешок. Режим дня в туристическом походе. Правила организации режима дня путешественника: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий и игр. Первая помощь при потёртостях кожи, пищевых отравлениях, ожогах. Походная аптечка. Лечебные травы.

Когда человек сам себе враг (8 часов)

При каких обстоятельствах человек сам себе враг. Вредные привычки и пагубные последствия курения и употребления алкоголя для растущего организма.

Тематическое планирование 6 класс

№	Раздел/тема	Содержание воспитания	Кол-во часов	П/Р	К/Р
1	Введение. На игровой площадке	<i>Культурно – творческое и эстетическое воспитание:</i> владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности. <i>Интеллектуальное воспитание.</i> исследовать различные	5		

		ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности.			
2	На природе	<i>Экологическое воспитание.</i> Бережное отношение к природе. Охрана биологических объектов. <i>Правовое воспитание и культура безопасности:</i> Уметь оказывать первую медицинскую помощь.	12		
3	Туристический поход	<i>Экологическое воспитание.</i> Соблюдение правил поведения в окружающей среде. Бережное отношение к природе Охрана биологических объектов. <i>Трудовое воспитание.</i> Хозяйственная деятельность человека в природе. <i>Нравственное и духовное воспитание:</i> Уметь готовиться к туристическим походам; адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах.	8		1
4	Когда человек сам себе враг	<i>Правовое воспитание и культура безопасности:</i> соблюдать правила безопасности, уметь применять способы защиты.	8	1	
5	Резерв		1		
6	Всего		34	1	1

**Содержание учебного предмета, курса
«Учись жить в безопасности» 7 класс**

**Основы безопасности личности, общества и государства
Основы комплексной безопасности (25 часов)**

Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой, предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др. Безопасность на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Средства индивидуальной защиты велосипедиста. Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре при пожаре. Первичные средства

пожаротушения. Средства индивидуальной защиты. Водоемы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. Правила безопасности в туристических походах и поездках. Правила поведения в автономных условиях. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них. Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера (квартира, улица, подъезд, лифт, карманная кража, мошенничество, самозащита покупателя). Элементарные способы самозащиты. Информационная безопасность подростка.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Основы здорового образа жизни (4 часа)

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена). Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и их факторов. Семья в современном обществе. Права и обязанности супругов. Защита прав ребенка.

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (4 часа)

Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей. Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах. Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении. Основные неинфекционные и инфекционные заболевания, их профилактика. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе. Первая помощь при укусе насекомых и змей. Первая помощь при остановке сердечной деятельности. Первая помощь при коме. Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.

Тематическое планирование по ОБЖ

№	Раздел/тема	Содержание воспитания	Кол-во часов	П/Р	К/Р
7 класс					
1	Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства.	<p><i>Гражданско – патриотическое воспитание:</i> классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера; безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»; безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты.</p> <p><i>Правовое воспитание и культура безопасности:</i> Уметь классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства.</p> <p><i>Экологическое воспитание:</i> Уметь адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на</p>	25		2

		местности; добывать и поддерживать огонь в автономных условиях; добывать и очищать воду в автономных условиях.			
2	Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	<i>Интеллектуальное воспитание:</i> адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок. <i>Здоровьесберегающее и физкультурное воспитание:</i> Умение оказывать первую медицинскую помощь.	8	2	3
3	Резерв		1		
4	Итого:		34	2	5