

**Ростовская область, Песчанокский район, село Жуковское
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Жуковская средняя общеобразовательная школа № 22**

СОГЛАСОВАНО:

На заседании педагогического совета
МБОУ ЖСОШ № 22
протокол № 3 от «28» 08.2025 г.

УТВЕРЖДЕНО:

Директор МБОУ ЖСОШ №22
Кобелева Н.В.
приказ № 295 от «28» 08.2025 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
элективного курса «Основы безопасности жизнедеятельности»
для учащихся 5 класса**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Нормативно-правовая основа разработки программы:

Рабочая программа элективного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) для 5 класса составлена на основе:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
- Приказа Министерства просвещения РФ от 31.05.2021 г. № 287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».
- Федеральной образовательной программы основного общего образования по предмету «Основы безопасности и защиты Родины».
- Федеральная образовательная программа основного общего образования, утверждённая приказом Минпросвещения России от 18.05.2023 № 372.
- Примерная рабочая программа воспитания для общеобразовательных организаций, одобрена решением Федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 23 июня 2022 г. № 3/22).
- Учебного плана МБОУ ЖСОШ № 22

Программа является дополнением к основному курсу ОБЗР и направлена на углубленное изучение тем, актуальных для обучающихся 5-х классов.

2. Место учебного предмета в учебном плане:

Элективный курс предназначен для учащихся 5-х классов и рассчитан на 34 часа (1 час в неделю). Занятия проводятся в форме бесед, практических работ, тренингов, ролевых игр и решения ситуационных задач.

3. Цели и задачи курса:

Цель: Формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной и общественной безопасности, развитие навыков распознавания угроз и адекватного реагирования на них в повседневной жизни и чрезвычайных ситуациях.

Задачи курса:

- **Образовательные:**
- Сформировать целостное представление об опасностях современного мира (природных, техногенных, социальных).
- Изучить основные правила безопасного поведения в быту, на улице, на транспорте, в общественных местах и в природной среде.
- Познакомить с алгоритмами действий при возникновении чрезвычайных ситуаций (пожар, утечка газа, угроза теракта).
- Дать базовые знания о здоровом образе жизни, личной гигиене и оказании первой помощи.
- **Развивающие:**
- Развивать умение анализировать ситуацию, прогнозировать возможные последствия и принимать обоснованные решения для сохранения жизни и здоровья.
- Способствовать развитию критического мышления, внимания и памяти через решение ситуационных задач.
- Формировать навыки практического применения знаний (наложение повязок, вызов экстренных служб).
- **Воспитательные:**

- Воспитывать чувство ответственности за личную безопасность и безопасность окружающих.
- Формировать негативное отношение к вредным привычкам и антиобщественному поведению.
- Прививать уважение к труду сотрудников МЧС, полиции, медицинских работников.
- Воспитывать культуру безопасного поведения в информационном пространстве.

4. Планируемые результаты освоения курса:

По окончании изучения курса обучающиеся должны:

Личностные результаты:

- Осознание ценности человеческой жизни и здоровья.
- Формирование установки на здоровый образ жизни.
- Готовность соблюдать правила безопасного поведения.
- Проявление бдительности и осмотрительности в потенциально опасных ситуациях.

Метапредметные результаты:

- Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.
- Владение навыками поиска, анализа и интерпретации информации из различных источников.
- Умение организовывать учебное сотрудничество со сверстниками, работать индивидуально и в группе.

Предметные результаты:

- Знание основных видов опасностей и правил безопасного поведения.
- Умение применять алгоритмы действий в ЧС природного и техногенного характера.
- Навыки оказания первой помощи при кровотечениях, ушибах, ожогах.
- Понимание принципов здорового образа жизни и личной гигиены.
- Соблюдение правил дорожного движения в качестве пешехода, пассажира и велосипедиста.

5. Особенности организации учебного процесса:

Особое внимание уделяется практической направленности курса. Теоретический материал закрепляется через выполнение практических заданий, моделирование ситуаций и использование наглядных пособий. Для повышения эффективности обучения используются интерактивные методы: дискуссии, работа в группах, просмотр и анализ видеоматериалов, викторины и итоговые игры-симуляции.

Содержание рабочей программы элективного курса

Класс: 5

Раздел I. Основы безопасности человека

Тема 1. Опасности вокруг нас

- Понятие об опасности. Потенциальные и реальные угрозы жизни и здоровью человека.
- Классификация опасностей: природные, техногенные, социальные, биологические.

- Основные правила безопасного поведения: предвидеть опасность, по возможности избегать её, при необходимости — действовать грамотно и решительно.

Тема 2. Чрезвычайные ситуации (ЧС) и безопасность в быту

- Виды чрезвычайных ситуаций: локальные, муниципальные, региональные, федеральные.

- Безопасность дома: обращение с электроприборами, газом, острыми предметами.

- Безопасность на улице: правила общения с незнакомцами, поведение в темное время суток.

- Безопасность в подъезде и общественных местах.

Тема 3. Безопасность на дорогах и транспорте

- Правила для пешеходов: переход проезжей части, сигналы светофора, дорожные знаки.

- Правила для пассажиров: в личном автомобиле (ремни безопасности), в общественном транспорте.

- Велосипедист на дороге: обязанности водителя велосипеда, требования к техническому состоянию и экипировке.

Тема 4. Здоровье как главная ценность

- Что такое здоровье? Физическое, психическое и социальное благополучие.

- Здоровый образ жизни (ЗОЖ): его компоненты и значение.

- Личная гигиена: уход за телом, кожей, волосами, полостью рта.

- Как сохранить здоровье: режим дня, двигательная активность, профилактика заболеваний.

- Предупреждение вредных привычек: влияние табака, алкоголя и наркотиков на организм подростка.

Раздел II. Угрозы современного мира и первая помощь

Тема 5. Пожарная безопасность и основы первой помощи

- Причины возникновения пожаров в быту.

- Алгоритм действий при пожаре: эвакуация, вызов пожарной охраны (101, 112), способы тушения.

- Первая помощь при ожогах: классификация ожогов, запрещенные действия, правила оказания помощи.

- Оказание первой помощи при других травмах: ушибы, порезы, кровотечения.

Тема 6. Социальные угрозы: экстремизм и терроризм

- Экстремизм: понятие, виды экстремистских проявлений.

- Терроризм: как крайняя форма экстремизма.

- Правила поведения при угрозе теракта: обнаружение подозрительных предметов, захват заложников.

Тема 7. Информационная безопасность

- Информационная среда: что это такое, источники информации.

- Безопасное использование информационных ресурсов: защита персональных данных, критическая оценка контента, киберугрозы.

Тема 8. Природные опасности и безопасность на воде

- Влияние погодных условий на безопасность: жара, мороз, гололед, сильный ветер.

- Стихийные бедствия: наводнения, ураганы, грозы. Правила поведения.

- Безопасность на водоемах: правила купания летом и зимой, оказание помощи утопающему.

Тема 9. Техногенные объекты и их опасности

- Химические производства: что делать при аварии с выбросом химикатов.
- Ядерные объекты: радиационная опасность, правила укрытия.
- Гидротехнические сооружения (плотины): потенциальные риски и порядок действий при угрозе прорыва.

Календарно-тематическое планирование элективного курса

Предмет: Основы безопасности и защиты Родины (ОБЗР)

Класс: 5

Количество часов: 34 часа (1 час в неделю)

№ п/п	Дата	Тема урока	Кол-во часов
Раздел I. Введение в безопасность жизнедеятельности			3
1	01.09	Опасности в жизни человека	1
2	08.09	Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях	1
3	15.09	Разновидности чрезвычайных ситуаций	1
Раздел II. Здоровье и здоровый образ жизни			6
4	22.09	Что такое здоровье и здоровый образ жизни	1
5	29.09	Как сохранить здоровье	1
6	06.10	Личная гигиена	1
7	13.10	Предупреждение вредных привычек	1
8	20.10	Основные правила здорового образа жизни	1
9	27.10	Резервный урок / Практикум по ЗОЖ	1
Раздел III. Безопасность на дорогах и транспорте			3
10	10.11	Правила поведения для пешеходов	1
11	17.11	Правила поведения для пассажиров	1
12	24.11	Если вы водитель велосипеда	1
Раздел IV. Безопасность в быту и социуме			6
13	01.12	Среда обитания человека	1
14	08.12	Службы, которые всегда приходят на помощь	1
15	15.12	Основные правила безопасности на улице	1
16	22.12	Безопасность дома	1
17	29.12	Безопасность в подъезде и на игровой площадке	1

№ п/п	Дата	Тема урока	Кол-во часов
18	12.01	Как вести себя при пожаре	1
Раздел V. Противодействие экстремизму и терроризму			4
19	19.01	Как избежать контактов со злоумышленниками и преступной средой	1
20	26.01	Советы на всю жизнь	1
21	02.02	Что такое экстремизм	1
22	09.02	Терроризм – крайняя форма экстремизма	1
23	16.02	Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта	1
Раздел VI. Информационная безопасность			2
24	02.03	Что такое информационная среда	1
25	16.03	Безопасное использование информационных ресурсов	1
Раздел VII. Безопасность в природной среде			4
26	23.03	Как погодные условия могут влиять на безопасность человека	1
27	06.04	Безопасное поведение на водоёмах при различных погодных условиях	1
28	13.04	Стихийные бедствия и их опасности	1
29	20.04	Химические производства и связанные с ними опасности	1
Раздел VIII. Техногенные угрозы			3
30	27.04	Ядерные объекты и их опасности	1
31	04.05	Гидротехнические сооружения и их опасности	1
32	11.05	Обобщение знаний за год. Итоговая викторина	1
Раздел IX. Первая помощь пострадавшим			2
33	18.05	Основные правила оказания первой помощи	1
34	25.05	Первая помощь и взаимопомощь при ожоге	1
Всего:			34

Учебно-методическое обеспечение

Основная литература:

- «Основы безопасности и защиты Родины». 5 класс. Авторы: В.Н. Латчук, С.К. Миронов, Т.В. Бурдакова и др.

Дополнительная литература для учителя и обучающихся:

- А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. «Основы безопасности жизнедеятельности. Комплексная учебная программа для 5–9 классов». – М.: Просвещение.
- М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов. «Основы безопасности жизнедеятельности. Сборник заданий для проведения экзамена в 9 классе».
- Официальный сайт МЧС России (mchs.gov.ru) — методические материалы, видеоролики.
- Портал «Спас-Экстрим» (spas-extreme.mchs.gov.ru) — интерактивные материалы для детей.
- Сайт Российского движения детей и молодёжи «Движение Первых» (будьвдвижении.рф) — информация о проектах патриотической и социальной направленности.

Цифровые образовательные ресурсы (ЦОР)

- Российская электронная школа (РЭШ / РЭШ).
- Единый урок по безопасности в сети «Интернет».
- Образовательные порталы и видеохостинги с верифицированным контентом по тематике ОБЖ.