

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и науки Алтайского края
Комитет по образованию Родинского района
МБОУ «Мирненская СОШ»

УТВЕРЖДЕНО
Директор МБОУ "Мирненская СОШ"
Бельских Л.В.
Приказ №102-1
от "30" августа 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
курса
«Школа выживания»
5 класс
Составитель: Ткаченко С. Г., учитель ОБЖ

п. Мирный 2022

Пояснительная записка

1. Правовыми основаниями проектирования содержания рабочей программы являются:
 - Федеральный закон от 29 декабря 2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
 - Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утвержден приказом № 1897 Министерства образования и науки РФ 17.12.2010);
 - Федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования (Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 23.12.2020 №766);
- Основная Рабочая программа учебного предмета «Школа выживания» составлена на основании программы под ред. Н.Ф.Виноградовой «Основы безопасности жизнедеятельности 5 - 9 классы» - Москва: Вентана - Граф, 2017 и методического пособия (Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, Л.В. Сидоренко и др.) «Основы безопасности жизнедеятельности 7-9 классы». – 4-е издание. М.: Вентана - Граф, 2019 год.
 - Образовательная программа основного общего образования, утверждённая приказом директора школы №80/1 от 27.08.2021 г;
2. Рабочая программа по предмету «Школа выживания» разработана в соответствии с Положением о рабочей программе учебного предмета, предметного и элективного курса начального, основного общего и среднего общего образования МБОУ «Мирненская средняя общеобразовательная школа» (утверждённого приказом от 27.08.2021 г №80/1)
3. Срок действия Рабочей программы – один учебный год.
4. Количество часов, отводимых на реализацию данной Рабочей программы – 35 (1 час в неделю), что соответствует учебному плану МБОУ «Мирненская средняя общеобразовательная школа».

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностными результатами обучения Школы выживания в основной школе является формирование всесторонне образованной, инициативной и успешной личности, обладающей системой современных мировоззренческих взглядов, ценностных ориентации, идейно-нравственных, культурных и этических принципов и норм поведения.

Важнейшие личностные результаты:

- осознание важности здорового образа жизни;
- соблюдение правил здорового образа жизни;
- соблюдение правил безопасности в быту, в школе, на прогулках;

и способность оценивать своё поведение в разных жизненных ситуациях с точки зрения безопасности;

я способность предвидеть опасные ситуации и избегать их;

- быть готовыми к преодолению опасных ситуаций в случае их неизбежности.

Предметные результаты обучения:

- 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.
1. 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;
 2. формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
 3. понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
 4. 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;
 5. понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
 6. формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
 7. формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
 8. понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;

9. знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
10. знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
11. умение оказать первую помощь пострадавшим;
12. умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
13. умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Метапредметными результатами обучения курса «Школа выживания» является (УУД).

Регулятивные УУД:

1. умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
2. 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;
3. 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;
4. умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
5. владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

Содержание рабочей программы

Школа выживания 5 класс

(34 часа, 1 час в неделю)

Основы комплексной безопасности (3 часов).

Почему нужно изучать предмет "Школа выживания". Чтобы сохранить 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 (4часа)

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

III. Учебно-тематический план

№	Название раздела, темы	Количество часов	Практические занятия
1	Основы комплексной безопасности.	3	
2	Организм человека и его безопасность	9	5
3	Как вести здоровый образ жизни .	6	1
4	Мой безопасный дом	2	
5	Школьная жизнь	10	4
6	На игровой площадке	4	
Всего:		34	10

Тематическое планирование

5 класс. Школа выживания (34 часа, 1 час в неделю)

№п/п	Тема урока	Количество часов
1	Вводный урок. Почему нужно изучать предмет "Школа выживания"	1
2	Чтобы сохранить здоровье нужно знать себя	1
3	Что такое здоровый образ жизни	1
4	Организм человека и его безопасность	1
5	За что "отвечают" системы органов	1
6	Укрепляем нервную систему.	1
7	Тренируем сердце. Практическая работа № 1 по теме: Измеряем пульс.	1
8	Развиваем дыхательную систему. Практическая работа № 2 по теме	1
9	Питаемся правильно. Практическая работа № 3 по теме: Анализируем режим питания"	1
10	Практическая работа № 4 по теме : «Определить степень загрязнения воды" .	1
11	Здоровье органов чувств. Практическая работа № 5 по теме "гимнастика для глаз".	1

12	Проект и презентация. Интересное о здоровье.	1
13	Что влияет на здоровье	1
14	Чистота залог здоровья.	1
15	Движение -это жизнь.	1
16	Поговорим о закаливании	1
17	Компьютер и здоровье.	1
18	Практическая работа № 6 по теме" Правила безопасного пользования компьютером"	1
19	Наводим в доме чистоту	1
20	Дела домашние: техника безопасности	1
21	Безопасная дорога в школу. Практическая работа № 7 по теме: Безопасный маршрут движения до школы"	1
22	Пешеходы и пассажиры - участники дорожного движения	1
23	Дорожное движение в населенном пункте. Практическая работа № 8 по теме: Правила дорожного движения РФ"	1
24	Дорожные правила для пешеходов	1
25	Правила поведения в школе	1
26	Поведение которое приводит к беде. Практическая работа № 9 по теме : «Наши эмоции"	1

27	Заболевший в школе	1
28	Если в школе пожар	1
29	Практическое занятие № 10 по теме : « Правила поведения при пожаре» .	1
30	Первая медицинская помощь при отравлении угарным газом	1
31	Правила поведения на игровой площадке	1
32	Правила езды на велосипеде для подростков	1
33	Правила поведения в дни летних каникул	1
34	Первая медицинская помощь при травмах .	1

Лист корректировки рабочей программы

[illegible]