

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Удмуртской Республики

Управление Администрации муниципального образования

"Городской округ "Город Глазов"

МБОУ "СШ № 11"

РАССМОТРЕНО

руководитель
школьного
методического
объединения

Фефилова К.А.
Протокол № 1 от «29»
августа 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор МБОУ "СШ
№ 11"

Корепанов И. А.
Приказ № 155 - ОД от «30»
августа 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Учебного курса «Защити себя сам»
Для обучающихся 5 классов

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу «Защити себя сам» для 5 класса составлена в соответствии с требованиями:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- приказа Мин просвещения от 31.05.2021 № 286 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
- приказа Мин просвещения от 22.03.2021 № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам — образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
- СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.09.2020 № 28;
- СанПиН 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания», утвержденных постановлением главного санитарного врача от 28.01.2021 № 2;
- учебного плана основного общего образования;
- рабочей программы воспитания.

Программа в методическом плане позволяет построить освоение содержания в логике последовательного нарастания факторов опасности от опасной ситуации до чрезвычайной ситуации и разумного взаимодействия человека с окружающей средой,

учесть преемственность приобретения обучающимися знаний и формирования у них умений и навыков в области безопасности жизнедеятельности.

Настоящая программа обеспечивает:

- ясное понимание обучающимися современных проблем безопасности и формирование у подрастающего поколения базового уровня культуры безопасного поведения;
- прочное усвоение обучающимися основных ключевых понятий, обеспечивающих преемственность изучения основ комплексной безопасности личности на следующем уровне образования;
- возможность выработки и закрепления у обучающихся умений и навыков, необходимых для последующей жизни;
- выработку практико-ориентированных компетенций, соответствующих потребностям современности;
- реализацию оптимального баланса межпредметных связей и их разумное взаимодополнение, способствующее формированию практических умений и навыков.

Цели и задачи учебного предмета

Изучение курса «Защити себя сам» (ЗСС) направленно на реализацию следующих воспитательно -образовательных целей:

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства; формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему псих активных веществ, в том числе наркотиков; обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких учебных задач, как:

- 1.формирование у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности;
2. формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;

3. воспитание антитеррористического поведения и отрицательного отношения к психо активным веществам и асоциальному поведению.

Планируемые результаты освоения учебного курса:

Личностные результаты:

- Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлому и настоящему многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- Развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видах деятельности;
- Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения в транспорте и на дорогах;
- Формирование основ экологической культуры , соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- Развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты:

- Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действия в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логические рассуждения, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- Смысловое чтение;
- 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;
- Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей, потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий; развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;

Предметные результаты:

- 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;
- Формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- 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;
- Формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- Формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- Понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- Знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- Знание мер безопасности и правил поведения и умение их применять в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- Умение оказать первую помощь пострадавшим;

- Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников; готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;
- Умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Содержание учебного курса:

- освоение обучающимися знаний о безопасном поведении в повседневной жизнедеятельности;
- понимание обучающимися личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности, ценностей гражданского общества, в том числе гражданской идентичности и правового поведения;
- понимание необходимости беречь и сохранять свое здоровье как индивидуальную и общественную ценность;
- понимание необходимости следовать правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- освоение умений оказывать первую помощь пострадавшим;
- освоение умений готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;
- освоение умений принимать обоснованные решения в конкретной опасной (чрезвычайной) ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- освоение умений использовать средства индивидуальной и коллективной защиты.

Межпредметная интеграция и связь учебного курса «Защити себя сам» с такими предметами как «Биология», «История», «Информатика», «Обществознание», «Физика», «Химия», «Экология», «География», «Физическая культура» способствует формированию целостного представления об изучаемом объекте, явлении, содействует лучшему усвоению содержания предмета, установлению более прочных связей учащегося с повседневной жизнью и окружающим миром, усилению развивающей и культурной составляющей программы, а также рационального использования учебного времени.

Модуль «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе».

Человек и его безопасность. Опасности в жизни человека. Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях. Разновидности чрезвычайных ситуаций.

Модуль «Здоровье и как его сохранить».

Определение понятий «здоровье», «здоровый образ жизни». Правила сохранения здоровья. Личная гигиена. Предупреждение вредных привычек. Основные правила здорового образа жизни.

Модуль «Безопасность на транспорте».

Безопасное поведение на дорогах и в транспорте. Правила поведения для пешеходов, пассажиров и велосипедистов.

Раздел «Безопасность в быту».

Безопасность жилища. Среда обитания человека. Основные службы помощи. Безопасность на улице, в квартире, подъезде, на детской площадке. Правила поведения при пожаре.

Модуль «Безопасность в социуме»

Понятие «криминогенная среда». Безопасность и правила поведения в криминогенной ситуации.

Модуль «Основы противодействия экстремизму и терроризму»

Понятия «экстремизм» и «терроризм». Правила безопасного поведения при угрозе

или совершении террористического акта.

Модуль «Безопасность в информационном пространстве»

Понятие «информационная среда», «информационная безопасность». Правила безопасности для защиты от информационных угроз и опасностей.

Модуль «Безопасность в природной среде».

Безопасность в погодных условиях, стихийные бедствия, их опасность. Безопасное поведение на водоемах.

Модуль «Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера»

Производственные аварии, их опасность для здоровья человека. Химический, ядерные и гидротехнические объекты.

Модуль «Основы медицинских знаний»

Первая помощь и правила ее оказания. Первая помощь при ожогах, отравлениях, травмах. Первая помощь при чрезвычайных ситуациях.

.

Тематическое планирование
1 час в неделю, первое полугодие, 17 часов

№ ур ок а	Тема урока	Количество часов, отводимое на освоение темы	Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания	ЭОР
1	Человек и его безопасность. Опасности в жизни человека	1	Устанавливать доверительные отношения между учеником и учителем, Побуждать обучающихся соблюдать общепринятые правила поведения в обществе.	1. Видео уроки по темам - http://xn--90akw.xn--p1ai/metodika-obzh/videouroki-obzh-5-6-7-9-10-klass/videouroki-obzh-5-klass-2/ 2. Викторины и проверочные тесты – https://videouroki.net/tests/obzh/5-class/ 3. Презентации к урокам и для самостоятельной работы https://videouroki.net/razrabotki/obzh/presentacii-3/5-class/
2	Разновидности чрезвычайных ситуаций. Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях.	1		
3	Определение понятий «здоровье», «здоровый образ жизни». Правила сохранения здоровья.	1		
4	Безопасное поведение на дорогах и в транспорте.	1	Организовывать работу с учетом важности информации. Привлекать внимание обучающихся к обсуждаемой на уроке информации, активизировать познавательную деятельность детей.	
5	Правила поведения для пешеходов, пассажиров и велосипедистов.	1		
6	Среда обитания человека.	1		
7	Безопасность жилища. Основные службы помощи.	1		
8	Пожар в жилом помещении. Правила поведения при пожаре.	1		
9	Безопасное поведение в социуме.	1	Строить работу на уроке с учетом индивидуальных особенностей детей, учить внимательно прислушиваться к мнению других, давать оценку полученным знаниям.	
10	Экстремизм и терроризм – угроза обществу.	1		
11	Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта.	1		
12	Информационная безопасность человека.	1		
13	Безопасность в погодных условиях, стихийные бедствия, их опасность	1	Проектировать ситуации и события, развивающие культуру переживаний и ценность общения в ходе совместной деятельности. Развивать умение соотносить полученные знания с ситуациями из жизни и личного опыта.	
14	Безопасное поведение на водоемах.	1		
15	Производственные аварии, их опасность для здоровья человека. Химические, ядерные и гидротехнические объекты.	1		
16	Первая помощь и правила ее оказания. Первая помощь при различных травмах.	1		
17	Итоговый урок.	1		

Литература:

1. Учебник в печатной и электронной форме. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 - 6 классы. Учебник для учащихся общеобразовательных учреждений. Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко, А.Б. Таранин.

2. Методическое пособие. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 - 6 классы.

Методическое пособие для учителя. Н.Ф. Виноградова.

3. Электронное приложение к учебнику. Основы безопасности жизнедеятельности. 5

- 6 классы. Электронное приложение к учебнику для общеобразовательных учреждений К.

Г. Вегенер.