

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Ставропольского края

Отдел образования администрации Красногвардейского муниципального округа

МКОУ СОШ № 11

РАССМОТРЕНО
на заседании МО учителей
естественно-социального цикла

Руководитель МО

Черныш Черкасова Е.А.

Протокол №1

от "28" августа 2024 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР

Польшина Польшина В.П.

от "29" августа 2024 г.



УТВЕРЖДЕНО
Директор МКОУ СОШ № 11

Брусенская Брусенская А.В.

Приказ №172

от "29" августа 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
(ID 2081299)**

учебного курса

«Основы безопасности и защиты Родины»

для 5 класса основного общего образования
на 2024-2025 учебный год

Составитель: Деренский Р.О.,
учитель истории и обществознания

с. Красногвардейское, 2024

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного курса «Основы безопасности и защиты Родины» (далее – ОБЗР) для **5 класса** (далее – Рабочая программа) составлена на основе авторской образовательной программы под общей редакцией А.Т. Смирнова (программа по курсу «Основы безопасности и защиты Родины» для 5-11 классов общеобразовательных учреждений, авторы А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников, М.В. Маслов //Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности и защиты Родины. 5-11 классы /под общей редакцией А.Т. Смирнова. - М.: Просвещение, 2011 г.).

Преподавание предмета «Основы безопасности и защиты Родины» реализуется в общеобразовательном учреждении в объеме 1 часа в неделю **за счет времени регионального компонента** в объеме 34 часа в год.

Для реализации Рабочей программы используется учебно-методический комплект, включающий: школьный учебник для **5 класса** «Основы безопасности и защиты Родины» (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под редакцией Смирнова А.Т. Москва. Издательство «Просвещение», 2010-14 г.), включённый в Федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях, на 2014/2015 учебный год, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014 г. № 253, и методическое пособие для учителя (Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности и защиты Родины. 5-9 классы. Поурочные разработки. М. Просвещение, 2010 г.).

В связи с уменьшением обучения в 5 классе до 34 учебных недель были внесены изменения в авторскую образовательную программу под общей редакцией А.Т. Смирнова (программа по курсу «Основы безопасности и защиты Родины» для 5-9 классов общеобразовательных учреждений). Так темы занятий 7.1 и 7.2, согласно авторской программы, были объединены в тему 7.1 «Вредные привычки и их влияние на здоровье человека. Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек». На изучение данной темы отводится 1 час.

Содержание программы направлено на освоение учащимися знаний, умений и навыков на базовом уровне, что соответствует Образовательной программе школы. Она включает все темы, предусмотренные региональным компонентом государственного образовательного стандарта основного общего образования по ОБЗР и авторской программой учебного курса.

Курс «Основы безопасности и защиты Родины» предназначен для воспитания личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества.

Цели и задачи программы обучения:

Задачи:

1.Формирование у учащихся научных представлений о принципах и путях снижения фактора риска в деятельности человека и общества;

2. Выработка умений предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и адекватно противодействовать им;

3. Формирование у учащихся модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, а также развитие способностей оценивать опасные ситуации, принимать решения и действовать безопасно с учетом своих возможностей.

Цели:

1. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера; их влиянии на безопасность личности, общества и государства; о здоровье человека и здоровом образе жизни (ЗОЖ), об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

2. Развитие личных, духовных и физических качеств, обеспечивающих безопасное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. Воспитание ценностного отношения к человеческой жизни, личному и общественному здоровью.

3. Развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в ЧС; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении ЗОЖ.

4. Овладение умениями оценивать возникающие ситуации, опасные для жизни и здоровья; умело действовать в ЧС; оказывать ПМП пострадавшим.

5. Развивать умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников.

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности.

Формы занятий, используемые при обучении:

- учебные и учебно-тренировочные занятия с элементами моделирования опасных и экстремальных ситуаций;
- подготовка индивидуальных рефератов;
- индивидуальные консультации;
- практические занятия;
- внеклассная и внешкольная работа (участие во Всероссийской олимпиаде по ОБЗР, мероприятиях и соревнованиях в рамках детско-юношеского движения «Безопасное колесо» и пожарно-прикладным видам соревнований, проведение Дня защиты детей, различных эстафет и викторин по ОБЗР, встречи с ветеранами войны и труда, работниками военкомата и правоохранительных органов, органов ГОЧС, ГИБДД, медицины и др.).

Требования к уровню подготовки учащихся

Изучение учебного предмета «Основы безопасности и защиты Родины» направлено на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

Учащийся должен:

знать:

- основные составляющие здорового образа жизни, обеспечивающие духовное, физическое и социальное благополучие; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и способы их профилактики;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- организацию защиты населения от ЧС природного, техногенного и социального характера, права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- приемы и правила оказания первой медицинской помощи;

уметь:

- предвидеть опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;
- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
- оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;
- соблюдать правила личной безопасности в криминогенных ситуациях и в местах скопления большого количества людей;
- действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения;

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- выработки потребности в соблюдении норм ЗОЖ, невосприимчивости к вредным привычкам;
- обеспечения личной безопасности в различных опасных и ЧС;
- соблюдения мер предосторожности на улицах, дорогах и правил безопасного поведения в общественном транспорте;
- безопасного пользования бытовыми приборами, инструментами и препаратами бытовой химии в повседневной жизни;
- проявления бдительности и безопасного поведения при угрозе террористического акта или при захвате в качестве заложника;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных опасных или бытовых ситуациях;
- обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Распределение времени по разделам и темам программы 5 класс

№ модуля раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов
М - I	Основы безопасности личности, общества и государства	22
Р- I	Основы комплексной безопасности	22
<i>Тема 1</i>	<i>Человек, среда его обитания, безопасность человека</i>	5
<i>Тема 2</i>	<i>Опасные ситуации техногенного характера</i>	6
<i>Тема 3</i>	<i>Опасные ситуации природного характера.</i>	2
<i>Тема 4</i>	<i>Опасные ситуации социального характера</i>	3
<i>Тема 5</i>	<i>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера</i>	6
М - II	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	13
Р- III	Основы здорового образа жизни.	5
<i>Тема 6</i>	<i>Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни</i>	3
<i>Тема 7</i>	<i>Факторы, разрушающие здоровье</i>	1
Р- IV	Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи	8
<i>Тема 8</i>	<i>Первая медицинская помощь и правила ее оказания</i>	8
Всего часов:		34

Тематическое планирование 5 класс

Номер раздела, темы, урока	Наименование модуля, раздела, темы, урока	Часы учебного времени	Параграфы учебника
М - I	Основы безопасности личности, общества и государства	22	
Р- I	Основы комплексной безопасности	22	
<i>Тема 1</i>	<i>Человек, среда его обитания, безопасность человека</i>	5	
1.1	Город как среда обитания человека	1	1.1
1.2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища	1	1.2
1.3	Особенности природных условий в городе	1	1.3
1.4	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность	1	1.4
1.5	Основы безопасности и защиты Родины человека	1	1.5
<i>Тема 2</i>	<i>Опасные ситуации техногенного характера</i>	6	
2.1	Дорожное движение, безопасность участников	1	2.1

	дорожного движения		
2.2	Пешеход. Безопасность пешехода	1	2.2
2.3	Пассажир. Безопасность пассажира.	1	2.3
2.4	Водитель	1	2.4
2.5	Пожарная безопасность	1	2.5
2.6	Безопасное поведение в бытовых ситуациях.	1	2.6
Тема 3	<i>Опасные ситуации природного характера.</i>	2	
3.1	Погодные условия и безопасность человека.	1	3.1
3.2	Безопасность на водоемах.	1	3.2
Тема 4	<i>Опасные ситуации социального характера</i>	3	
4.1	Криминогенные ситуации и личная безопасность	1	4.1
4.2	Обеспечение личной безопасности дома	1	4.2
4.3	Обеспечение личной безопасности на улице	1	4.3
Тема 5	<i>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера</i>	6	
5.1	ЧС природного характера.	1	5.1
5.2	ЧС техногенного характера	1	5.2
5.3	Общие правила безопасного поведения при землетрясении и наводнении (практическое занятие)	1	5.3
5.4	Общие правила безопасного поведения при урагане, буре, смерче, грозе (практическое занятие)	1	5.1
5.5	Общие правила безопасного поведения при возникновении бытовых и природных пожаров (практическое занятие)	1	2.5
5.6	Общие правила безопасного поведения при транспортных авариях (практическое занятие)	1	4.3
М - II	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	13	
Р- III	Основы здорового образа жизни.	5	
Тема 6	<i>Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни</i>	3	
6.1	О здоровом образе жизни (ЗОЖ)	1	6.1
6.2	Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья	1	6.2
6.3	Рациональное питание. Гигиена питания	1	6.3
Тема 7	<i>Факторы, разрушающие здоровье</i>	2	

7.1 7.2	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека. Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек	1	6.4 6.5
<i>P- IV</i>	<i>Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи</i>	8	
<i>Тема 8</i>	<i>Первая медицинская помощь и правила ее оказания.</i>	8	
8.1	Первая медицинская помощь при кровотечении	1	7.1
8.2	Оказание первой медицинской помощи при повреждении головы и верхних конечностей (практическое занятие)	1	7.2
8.3	Оказание первой медицинской помощи при ушибах (практическое занятие)	1	7.2
8.4	Оказание первой медицинской помощи при вывихах (практическое занятие)	1	7.2
8.5	Оказание первой медицинской помощи при растяжениях сухожилий и мышц (практическое занятие)	1	7.2
8.6	Первая медицинская помощь при отравлении угарным газом	1	7.3
8.7	Первая медицинская помощь при пищевом отравлении	1	7.3
8.8	Контрольное практическое занятие по теме 8.	1	
<i>Всего часов:</i>		34	

Содержание программы 5 класс

Раздел I. Основы комплексной безопасности

Тема 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека.

Роль городов в развитии человеческого общества. Особенности современных городов, их деление в зависимости от количества жителей. Система жизнеобеспечения современных городов. Наиболее характерные опасные ситуации, которые могут возникнуть в городе.

Система обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом. Бытовые приборы, используемые человеком в повседневной жизни. Возможные опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище, и меры по их профилактике.

Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат города. Особенности природной среды в городе. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды.

Особенности социальной среды в городе с учетом его предназначения. Зоны повышенной криминогенной опасности, зоны безопасности в городе. Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе.

Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях. Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в городе. Основные аварийные и спасательные службы города, предназначенные для защиты населения.

Тема 2. Опасные ситуации техногенного характера.

Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения.

Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка, дорожные знаки, светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения.

Пешеход – участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода, его безопасность на дороге.

Пассажир, общие обязанности пассажира, его безопасность при следовании в различных видах городского транспорта. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом.

Транспортное средство и водитель. Общие обязанности водителя (велосипедиста), правила его поведения на дороге. Требования, предъявляемые к техническому состоянию велосипеда.

Пожар в жилище и причина его возникновения. Правила пожарной безопасности в жилище. Личная безопасность при пожаре.

Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Общие правила безопасного поведения в быту. Безопасное обращение с электроприборами, бытовым газом, со средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером.

Тема 3. Опасные ситуации природного характера.

Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель). Правила безопасного поведения при их воздействии.

Водоемы в черте города, их состояние в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года.

Тема 4. Опасные ситуации социального характера.

Криминогенные ситуации в городе. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации.

Правила безопасного поведения во дворе и дома, при разговоре по телефону. Воры в квартире. Нападение в лифте, в подъезде дома.

Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасные ситуации. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание расположения безопасных зон в городе (отделений милиции, постов ГИБДД и т.п.). Правила безопасности в общественных местах, в толпе, при обнаружении взрывного устройства.

Тема 5. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.

Характеристика ЧС природного характера: землетрясения, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях ЧС природного характера.

Характеристика ЧС техногенного характера: аварии на радиационно-опасных объектах, на взрывопожароопасных объектах, на химических объектах,

их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях ЧС техногенного характера.

Организация защиты населения от ЧС. Действия населения при оповещении об угрозе возникновения ЧС. Организация эвакуации населения.

Раздел III. Основы здорового образа жизни

Тема 6. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни.

Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств. Основные составляющие ЗОЖ. Режим дня и умение рационально распределять свое время как основные составляющие ЗОЖ.

Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Правила закаливания организма.

Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества. Гигиена питания.

Потенциальные возможности человека, значение образа жизни и привычек для совершенствования духовных и физических качеств.

Тема 7. Факторы, разрушающие здоровье

Вредные привычки (курение, употребление алкоголя), их отрицательное влияние на здоровье и организм человека. Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного дыма на организм курящего человека и на окружающих. Возможные последствия постоянного курения для здоровья человека. Как уберечь себя от курения.

Алкоголь – наркотический яд. Влияние алкоголя на организм человека. Возможные последствия употребления алкоголя. Алкоголь и преступность.

Отношение человека, ведущего здоровый образ жизни, к употреблению спиртных напитков.

Раздел IV. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Тема 8. Первая медицинская помощь и правила ее оказания (практическое занятие).

Первая медицинская помощь, общее положение по оказанию ПМП.

Ситуации, при которых необходимо немедленно вызывать «скорую помощь», правила ее вызова.

Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома.

Последовательная практическая отработка навыков в оказании ПМП при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении, при отравлениях медикаментами, препаратами бытовой химии, кислотами, щелочами, никотином, угарным газом.

Перечень учебно-методических средств обучения

Основная литература

Школьный учебник для **5 класса** «Основы безопасности и защиты Родины» (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под общей редакцией Смирнова А.Т. Москва. Издательство «Просвещение», 2010 г.).

Дополнительная литература

УМК под редакцией А.Т. Смирнова **дополняют** методические и справочные издания издательства «Просвещение»:

Смирнов А.Т., Хренников Б.О. и др. Основы безопасности и защиты Родины. Справочник для учащихся. 5-11 кл., 2010 г.

Основы безопасности и защиты Родины. 5-9 классы. Поурочные **Смирнов А.Т., Хренников Б.О.** разработки. Пособие для учителей и методистов.

Дурнев Р.А. Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности учащихся. 5-11 классы: Методическое пособие. - М.: Дрофа, 2008. - 156 с.

Евлахов В.М. Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы. - М.: Дрофа, 2010. - 112 с.

«Безопасность дорожного движения» для основной школы (под общей редакцией **Смирнова А.Т.**), который дополняет учебно-методический комплект «Основы безопасности и защиты Родины».

Латчук В.Н. Основы безопасности и защиты Родины. Терроризм и безопасность человека. 5-11 классы: Учебно-методическое пособие. - 3-е изд., стер. - М.: Дрофа, 2009. - 76 с. - (библиотека учителя).

Легкобытов А.В. Основы психологической безопасности личности. 5-11 классы: Методическое пособие. - М.: Дрофа, 2009. - 158 с. - (Библиотека учителя).

УМК «Безопасность дорожного движения»:

Рыбин А.Л., Маслов М.В. Под ред. Смирнова А.Т. Обучение правилам дорожного движения. Методическое пособие. 5-9 кл.

Рыбин А.Л., Маслов М.В. Под. ред. Смирнова А.Т. Дорожное движение. Безопасность пешеходов, пассажиров, водителей. 5-9 классы. Пособие для учащихся общеобразовательных учреждений.

Рыбин А.Л., Хренников Б.О., Маслов М.В. Безопасность дорожного движения. 5-9 классы. Учебно-наглядное пособие для учащихся. В 2 частях. Часть первая. (12 плакатов). Часть вторая. (12 плакатов).

Оборудование и приборы

1. Комплект плакатов «Угрозы терроризма».
2. Комплект плакатов «Оказание первой медицинской помощи».
3. Аптечка первой медицинской помощи, шины, бинты, резиновый жгут.
4. Персональный компьютер.
5. Мультимедийный проектор, настенный экран.

Сайты, используемые при подготовке и проведении занятий

Название сайта	Электронный адрес
Совет безопасности РФ	http://www.scrf.gov.ru
Министерство внутренних дел РФ	http://www.mvd.ru
МЧС России	http://www.emercom.gov.ru
Министерство здравоохранения и соцразвития РФ	http://www.minzdrav-rf.ru
Министерство обороны РФ	http://www.mil.ru

Министерство образования и науки РФ	http://mon.gov.ru/
Министерство природных ресурсов РФ	http://www.mnr.gov.ru
Федеральная служба железнодорожных войск РФ	http://www.fsgv.ru
Федеральная служба России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды	http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm
Федеральная пограничная служба	http://www.fps.gov.ru
Федеральный надзор России по ядерной и радиационной безопасности	http://www.gan.ru
Русский образовательный портал	http://www.gov.ed.ru
Академия повышения квалификации работников образования	http://www.apkro.ru
Федеральный российский общеобразовательный портал	http://www.school.edu.ru
Федеральный портал «Российское образование»	http://www.edu.ru
Портал компании «Кирилл и Мефодий»	http://www.km.ru
Образовательный портал «Учеба»	http://www.uroki.ru
Журнал «Курьер образования»	http://www.courier.com.ru
Журнал «Вестник образования»	http://www.vestnik.edu.ru
Издательский дом «Профкнига»	http://www.profkniga.ru
Издательский дом «1 сентября»	http://www.1september.ru
Издательский дом «Армпресс»	http://www.armpress.info
Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» (издательский дом «1 сентября»)	http://festival.1september.ru
Энциклопедия безопасности	http://www.opasno.net
Личная безопасность	http://personal-safety.redut-7.ru
Образовательные ресурсы Интернета- Безопасность жизнедеятельности	http://www.alleng.ru
«Мой компас» (безопасность ребёнка)	http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det
Информационно-методическое издание для преподавателей ОБЗР-МЧС России	http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html
Портал Всероссийской олимпиады школьников	http://rusolymp.ru/
Образовательные ресурсы Интернета – Безопасность жизнедеятельности	http://www.alleng.ru/edu/saf.htm
Безопасность. Образование. Человек. Информационный портал ОБЗР и БЖД: всё о безопасности жизнедеятельности	http://www.bezopasnost.edu66.ru
Безопасность и выживание в экстремальных ситуациях	http://www.hardtime.ru

**Календарно – тематическое планирование
ОБЗР 5 класс (34 часа)**

ДАТА		Номер урока	Наименование раздела, темы, урока	№ раздела, темы*, урока	Кол-во часов
Пл	Фак				
			Основы комплексной безопасности	Р-1	22
			Человек, среда его обитания, безопасность человека	Тема 1	5
		1	Город как среда обитания	1.1	1
		2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища	1.2	1
		3	Особенности природных условий в городе	1.3	1
		4	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность	1.4	1
		5	Основы безопасности и защиты Родины человека	1.5	1
			Опасные ситуации техногенного характера	Тема 2	6
		6	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения	2.1	1
		7	Пешеход. Безопасность пешехода	2.2	1
		8	Пассажир. Безопасность пассажира	2.3	1
		9	Водитель	2.4	1
		10	Пожарная безопасность	2.5	1
		11	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	2.6	1
			Опасные ситуации природного характера	Тема 3	2
		12	Погодные условия и безопасность человека	3.1	1
		13	Безопасность на водоемах	3.2	1
			Опасные ситуации социального характера	Тема 4	3
		14	Криминогенные ситуации и личная безопасность	4.1	1
		15	Обеспечение личной безопасности дома	4.2	1
		16	Обеспечение личной безопасности на улице	4.3	1
			Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	Тема 5	6
		17	Чрезвычайные ситуации природного характера	5.1	1
		18	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	5.2	1
		19	Общие правила поведения при землетрясении и наводнении (практические занятия)	5.3	4

		20	Общие правила поведения при урагане, буре, смерче, грозе (практические занятия)		
		21	Общие правила поведения при возникновении бытовых и природных пожаров (практические занятия)		
		22	Общие правила безопасного поведения при транспортных авариях (практические занятия)		
	Основы здорового образа жизни			Р-III	5
	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни			Тема 6	3
		23	О здоровом образе жизни	6.1	1
		24	Двигательная активность и закаливание организма — необходимое условие укрепления здоровья	6.2	1
		25	Рациональное питание. Гигиена питания	6.3	1
	Факторы, разрушающие здоровье			Тема7	1
		26	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек (практические занятия)	6.4	1
				6.5	1
	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи			Р-IV	8
	Первая медицинская помощь и правила ее оказания			Тема 8	8
		27.	Первая медицинская помощь при кровотечении	7.1	2
		28.	Первая медицинская помощь при повреждении головы и верхних конечностей (практическое занятие)		
		29.	Оказание первой медицинской помощи при ушибах (практические занятия)	7.2	3
		30.	Оказание первой медицинской помощи при вывихах (практические занятия)		
		31.	Оказание первой медицинской помощи при растяжении мышц (практические занятия)		
		32.	Первая медицинская помощь при отравлении угарным газом (практические занятия)	7.3	3
		33.	Первая медицинская помощь при пищевом отравлении		
		34.	Первая медицинская помощь при отравлении (практическое занятие)		

Планирование составлено на основе: авторской образовательной программы под общей редакцией А.Т. Смирнова (программа по курсу «Основы безопасности и защиты Родины» для 5-11 классов общеобразовательных учреждений, авторы А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, М.В. Маслов //Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности и защиты Родины. 5-11 классы /под общей редакцией А.Т. Смирнова. - М.: Просвещение, 2011).

Учебник: Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под общей редакцией Смирнова А.Т. «Основы безопасности и защиты Родины» 5 класс. Издательство «Просвещение», 2010-14 г.

Дополнительная литература:

- Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности и защиты Родины. 5-9 классы. Поурочные разработки. Методическое пособие для учителя М. Просвещение, 2010 г.
- Основы безопасности и защиты Родины. Методические рекомендации. 5-11 классы. А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, Р.А. Дунаев, и др., под общей редакцией А.Т. Смирнова, М.: Просвещение, 2010.-176 с.
- Рыбин А.Л., Маслов М.В. Под ред. Смирнова А.Т. Обучение правилам дорожного движения. Методическое пособие. 5-9 кл.
- Рыбин А.Л., Маслов М.В. Под. ред. Смирнова А.Т. Дорожное движение. Безопасность пешеходов, пассажиров, водителей. 5-9 классы. Пособие для учащихся общеобразовательных учреждений.