

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области
«Средняя общеобразовательная школа № 2»

*Приложение
к адаптированной основной общеобразовательной программе
образования обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями) (вариант 1),
утв. приказом № 1 от 31 августа 2020 г.*

**Рабочая программа
Основы безопасности жизнедеятельности, 5 класс**

ГО Верхотурский, 2020 г.

Рабочая программа «Основы безопасности жизнедеятельности» составлена на основе примерной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1), одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15.

Цель:

- освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни (ЗОЖ); государственной системе защиты населения от опасных и ЧС; об обязанностях граждан по защите государства

Задачи:

- сформировать у учащихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности окружающих;
- развивать способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных и угрожающих жизни условиях и умения адекватно реагировать на различные опасные ситуации с учётом своих возможностей.

Общая характеристика учебного предмета

Курс Основы безопасности жизнедеятельности в условиях реализации ФГОС направлен на:

- формирование у школьников современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- воспитание антитеррористического поведения и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению;
- формирование целостного представления о мире, основанного на приобретенных знаниях, умениях и способах деятельности;
- приобретение опыта разнообразной деятельности, опыта познания и самопознания;
- подготовка к осуществлению осознанного выбора индивидуальной образовательной или профессиональной траектории

Основными принципами обучения ОБЖ являются: сознательность, активность и самостоятельность; системность, последовательность и комплексность; обучение на высоком уровне трудности; прочность формирования знаний, умений и навыков; групповой и индивидуальные принципы обучения.

Принципы реализуются с помощью различных методов и средств (ТСО, наглядность), приемов позволяющих представлять взаимосвязь изучаемых явлений с реальной действительностью.

Основной формой организации учебного процесса по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» является – урок.

3. Описание места учебного предмета в учебном плане

Согласно учебному плану на предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5 классе выделено – 1 час в неделю, в год 34 часа.

В случае карантина, активированных дней и других непредвиденных обстоятельств реализация образовательной программы может быть организована с применением дистанционных образовательных технологий на основании приказа образовательной организации.

4. Тематическое планирование «Основы безопасности жизнедеятельности» 5 класс

Раздел программы	Общее кол-во часов
1. Человек, среда его обитания, безопасность человека.	5
2. Опасные ситуации техногенного характера	7
3. Опасные ситуации природного характера	2
4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	2
5. Опасные ситуации криминогенного характера, антиобщественное поведение	3
6. Экстремизм и терроризм — чрезвычайные опасности для общества и государства	4
7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни	3
8. Факторы, разрушающие здоровье	2
9. Первая помощь и правила её оказания	6
Итого:	34

5. Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», 5 класс

№	Наименование раздела	Краткая характеристика содержания раздела
1.	Человек, среда его обитания, безопасность человека.	Безопасность в быту. Особенности города (населенного пункта) как среды обитания человека. Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения. Возможные опасные и аварийные ситуации в жилище. Соблюдение мер безопасности в быту.
2.	Опасные ситуации техногенного характера	Безопасность на дорогах. Причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия. Организация дорожного движения. Правила Безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста. Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых ситуациях.

3.	Опасные ситуации природного характера	Безопасность на водоёмах Особенности состояния водоёмов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Правила безопасного поведения на воде. Опасность водоёмов зимой. Меры предосторожности при движении по льду. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде
4.	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясение, наводнение, буря, ураган, сели, оползни, обвалы). Чрезвычайные ситуации техногенного характера (радиационно опасные объекты, пожаровзрывоопасный объект, химически опасный объект)
5.	Опасные ситуации криминогенного характера, антиобщественное поведение	Опасные ситуации криминогенного характера. Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности на улице, дома, в общественном месте. Профилактика нападений и самозащита при нападении насильников и хулиганов. Самооценка поведения. Психологические приёмы самозащиты. Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде дома, лифте. Правила обеспечения сохранности личных вещей. Правила защиты от мошенников
6.	Экстремизм и терроризм — чрезвычайные опасности для общества и государства	Что такое экстремизм и терроризм. Взятие в заложники и правила поведения в этом случае. Государственная политика противодействия экстремизму и терроризму в России. Законодательство России о противодействии экстремизму и терроризму.
7.	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни	Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Здоровый образ жизни – индивидуальная система 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.
8.	Факторы, разрушающие здоровье	Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Табакокурение и его последствия для организма курящего и окружающих людей. Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Наркомания, токсикомания и другие вредные привычки.
9.	Первая помощь и правила её оказания	Оказание первой медицинской помощи. Медицинская (домашняя) аптечка. Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и ушибах. Перевязочные и лекарственные средства. Первая медицинская помощь при отравлениях газами, пищевыми продуктами, средствами бытовой химии, лекарствами.

6. Планируемые результаты освоения учебного предмета (к окончанию 5 класса)

Личностные результаты

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и

здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни; 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 интересов;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Результатами изучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5 классе является формирование универсальных учебных действий.

Предметные результаты

Уровни освоения предметных результатов	
Минимальный уровень	Достаточный уровень
<p>Знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.</p> <p>Умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;</p> <p>умения применять полученные теоретические знания на практике,</p> <p>умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия;</p> <p>умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его;</p> <p>знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с</p>	<p>Знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.</p> <p>Умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;</p> <p>умения применять полученные теоретические знания на практике, принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;</p> <p>умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его;</p> <p>умения анализировать явления и события природного, техногенного</p>

<p>нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;</p> <p>Умения оказывать первую медицинскую помощь.</p> <p>Формирование установки на здоровый образ жизни; развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости</p>	<p>и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.</p> <p>Знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;</p> <p>Умения оказывать первую медицинскую помощь.</p> <p>Формирование установки на здоровый образ жизни; развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости</p>
--	--

Базовые учебные действия (к окончанию 5 класса)

БУД	По окончанию 5 класса у обучающихся должны быть сформированы
Личностные учебные действия	<ul style="list-style-type: none"> • гордость за свои школьные успехами и достижения как собственные, так и своих товарищей; • уважительное и бережное отношение к людям труда и результатам их деятельности; • активное включение в общепользную социальную деятельность; • бережное отношение к культурно-историческому наследию родного края и страны.
Коммуникативные учебные действия	<ul style="list-style-type: none"> • умения 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 учёта интересов; • умения выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.
Регулятивные учебные действия	<ul style="list-style-type: none"> • 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; • умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
Познавательные учебные действия	<ul style="list-style-type: none"> • умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии; • освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

Календарно-тематическое планирование «Основы безопасности жизнедеятельности», 5 класс

№ урока	Раздел, тема урока (тип)	Количество часов	Дата	Основные виды деятельности
Человек, среда его обитания, безопасность человека 5 часов				
1	Город как среда обитания.	1	3.09	Ознакомление с особенностями современного города, опасными ситуациями, которые могут произойти в городе.
2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.	1	10.09	Ознакомление с системой обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом; возможными опасными аварийными ситуациями в жилище. Усвоение правил индивидуального безопасного поведения.
3	Особенности природных условий в городе.	1	17.09	Знакомство с природными и антропогенными факторами формирующими микроклимат города.
4	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность.	1	24.09	Ознакомление с особенностями социальной среды в городе.
5	Безопасность в повседневной жизни	1	1.10	Ознакомление с основными службами города, предназначенными для защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.
Опасные ситуации техногенного характера 7 часов				
6	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения	1	8.10	Знакомство с дорогой и её назначением. Ознакомление с понятиями: «участники дорожного движения», «регулирование дорожного движения», «дорожная разметка», «дорожные знаки».
7	Пешеход. Безопасность пешехода.	1	15.10	Изучение общих обязанностей пешехода, мер безопасного поведения пешехода на дороге.
8	Пассажир. Безопасность пассажира	1	22.10	Изучение общих обязанностей пассажира, мер безопасного поведения пассажира.
9	Водитель	1	12.11	Изучение общих обязанностей водителя, правил безопасного поведения водителя на дороге.
10	Безопасность велосипедиста	1	19.11	Ознакомления с требованиями предъявляемыми к техническому состоянию ТС (велосипеда, самоката).
11	Пожарная безопасность	1	26.11	Ознакомление с основными правилами пожарной безопасности в жилище.
12	Безопасное поведение в бытовых	1	3.12	Ознакомление с правилами безопасного пользования бытовыми

	ситуациях			электроприборами, газом, средствами бытовой химии.
Опасные ситуации природного характера 2 часа				
13	Погодные условия и безопасность человека.	1	10.12	Изучение опасных природных явлений и правил безопасного поведения во время опасных природных явлений.
14	Безопасность на водоёмах	1	17.12	Изучение состояния водоемов в различное время года и мер безопасного поведения в различное время года.
Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера 2 часа				
15	Чрезвычайные ситуации природного характера	1	24.12	Ознакомление с чрезвычайными ситуациями природного характера.
16	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	1	14.01	Ознакомление с чрезвычайными ситуациями техногенного характера.
Опасные ситуации криминогенного характера, антиобщественное поведение 3 часа				
17	Антиобщественное поведение и его опасность.	1	21.01	Знакомство с основными видами антиобщественного поведения и их последствиями.
18	Обеспечение личной безопасности дома.	1	28.01	Ознакомление с признаками возникновения опасных ситуаций дома, правилами безопасного поведения дома.
19	Обеспечение личной безопасности на улице	1	4.02	Ознакомление с признаками возникновения опасных ситуаций на улице, правилами безопасного поведения на улице.
Экстремизм и терроризм — чрезвычайные опасности для общества и государства 4 часа				
20	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения.	1	11.02	Ознакомление с понятиями экстремизма и терроризма и причинах их возникновения.
21	Виды экстремистской и террористической деятельности.	1	18.02	Изучение видов экстремистской и террористической деятельности.
22	Виды террористических актов и их последствия.	1	25.02	Изучение видов терактов и их последствий.
23	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности	1	4.03	Ознакомление с ответственностью несовершеннолетних за проявление антиобщественного поведения.
Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни 3 часа				
24	Беседа о здоровом образе жизни.	1	11.03	Изучение основных положений о здоровом образе жизни.
25	Двигательная активность и закаливание организма — необходимые условия укрепления здоровья.	1	18.03	Знакомство с видами двигательной активности и закаливания организма.
26	Рациональное питание. Гигиена питания	1	1.04	Знакомство с гигиеной питания, сущностью рационального питания и пищевой ценностью продуктов.
Факторы, разрушающие здоровье 2 часа				

27	Вредные привычки и их влияние на здоровье.	1	8.04	Ознакомление с пагубным влиянием вредных привычек на здоровье.
28	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек	1	15.04	Изучение основных понятий здорового образа жизни и профилактика вредных привычек.
Первая помощь и правила её оказания 6 часов.				
29	Первая помощь при различных видах повреждений	1	22.04	Изучение правил оказания первой помощи при различных видах повреждений.
30	Первая помощь при различных видах повреждений	1	29.04	Тренировочное занятие по оказанию ПМП при различных видах повреждений.
31	Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах	1	6.05	Изучение правил оказания первой помощи при ушибах и ссадинах.
32	Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах	1	13.05	Тренировочное занятие по оказанию ПМП при ушибах и ссадинах
33	Первая помощь при отравлениях угарным газом	1	20.05	Изучение правил оказания первой помощи при отравлении угарным газом.
34	Первая помощь при носовом кровотечении	1	27.05	Изучение правил оказания первой помощи при носовом кровотечении
Итого:		34		