

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, 6 б класс**

ГО Верхотурский, 2021

## **1. Пояснительная записка**

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.

## **2. Общая характеристика учебного предмета**

Курс Основы безопасности жизнедеятельности 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

Общая продолжительность 2021-2022 учебного года для 6 класса классов составляет 365 дней, из которых 170 дней являются учебными, а 195 дня праздничными, выходными и каникулярными. Праздничные выходные дни: 23.02.2022, 07.03.2022 08.03.2022, 02.05.22, 03.05.2022, 09.05.2022, 10.05.2022.

Согласно учебному плану на предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» в 6 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

| Раздел программы   | Общее кол-во часов |
|--|--------------------|
| 1. Пожарная безопасность   | 5                  |
| 2. Правила дорожного движения  | 4                  |
| 3. Экстремальная ситуация в природе и первоочередные действия человека, попавшего в нее. | 4                  |
| 4. Смена климатогеографических условий.  | 2                  |
| 5. Возможности выживания человека в условиях автономного существования в природе.        | 12                 |
| 6. Оказание первой помощи пострадавшему  | 7                  |
| <b>Всего</b>   | <b>34</b>          |

### 5. Содержание учебного предмета

| №  | Наименование раздела                      | Краткая характеристика содержания раздела   |
|----|---|---|
| 1. | <b>Пожарная безопасность</b>              | Инструктаж по пожарной безопасности в кабинете. Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно-гигиенических требований на занятиях. Безопасное поведение с электричеством. Правила эвакуации во время пожара. Действия при пожаре в здании. Действие при пожаре в лесу. |
| 2. | <b>Правила дорожного движения</b>         | Причины ДТП. Поведение учащихся при ДТП. Знаки для пешеходов и водителей. Движение транспортных средств. Движение по загородным дорогам.  |
| 3. | <b>Экстремальная ситуация в природе и</b> | Опасные и экстремальные ситуации. Что к ним относится.  |

|    |   |  |
|----|---|--|
|    | <b>первоочередные действия человека, попавшего в нее.</b>                             | Как подготовиться к путешествию по незнакомым местам, чтобы не попасть в экстремальные ситуации. Факторы, мешающие успешно справиться с экстремальной ситуацией в природе. Последовательность действий в экстремальной ситуации в природе.   |
| 4. | <b>Смена климатогеографических условий.</b>   | Особенности акклиматизации в различных климатических условиях<br>Общие правила успешной акклиматизации.  |
| 5. | <b>Возможности выживания человека в условиях автономного существования в природе.</b> | Если ты отстал от группы. Если ты заблудился в лесу. Авария транспортного средства в безлюдном месте. Способы подачи сигналов бедствия. Как находить дорогу домой. Устройство временных укрытий. Добывание костра, разведения костра. Обеспечение бытовых потребностей. Обеспечение водой. Организация питания. Личная гигиена в походе. Возможные опасности в пути и меры по их предупреждению. |
| 6. | <b>Оказание первой помощи пострадавшему.</b>  | Общие принципы оказания самопомощи. Общие принципы оказания первой помощи товарищу. Аптечка, природные лекарственные средства. Закрытые травмы. Укусы бешеных животных. Практическое занятие: Первая помощь утопающему.<br>Практическое занятие: Оказание помощи пострадавшему при травмах.  |

## 6. Планируемые результаты освоения учебного предмета (к окончанию 6 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 анти экстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Результатами изучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в 6 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, 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 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>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; умения анализировать явления и события природного, техногенного 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</p> |

|  |
|--|
| необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости |
|--|

**Базовые учебные действия (к окончанию 6 класса)**

| <b>БУД</b>                              | <b>По окончанию 6 класса у обучающихся должны быть сформированы</b>   |
|---|---|
| <b>Личностные учебные действия</b>      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• гордость за свои школьные успехами и достижения как собственные, так и своих товарищей;</li> <li>• уважительное и бережное отношение к людям труда и результатам их деятельности;</li> <li>• активное включение в общепользную социальную деятельность;</li> <li>• бережное отношение к культурно-историческому наследию родного края и страны.</li> </ul>   |
| <b>Коммуникативные учебные действия</b> | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 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;</li> <li>• умения выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.</li> </ul>  |
| <b>Регулятивные учебные действия</b>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>• 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;</li> <li>• умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;</li> </ul> |
| <b>Познавательные учебные действия</b>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии;</li> <li>• освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.</li> </ul>  |

**Календарно-тематическое планирование по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»,  
6 класс, на 2021-2022 учебный год**

| №<br>урока                                 | Тема   | Количество<br>часов | Дата  | Основные виды деятельности  |
|--|--|---------------------|-------|---|
| <b>Пожарная безопасность (5 часов)</b>     |  |                     |       |   |
| 1  | Вводное занятие. Инструктаж по пожарной безопасности в кабинете. Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно-гигиенических требований на занятиях. | 1                   | 3.09  | Знакомство с алгоритмом действий пожарной безопасности в кабинете; формирование навыков соблюдения санитарно-гигиенических требований и правил техники безопасности с опорой на иллюстративный материал.                |
| 2  | Безопасное поведение с электричеством.   | 1                   | 10.09 | Беседа о причинах возникновения пожаров в жилых и общественных помещениях. Знакомство с алгоритмом действий при ударе электрическим током.  |
| 3  | Правила эвакуации во время пожара.   | 1                   | 17.09 | Беседа о правилах безопасного поведения при пожаре, правилах и способах эвакуации. Работа с алгоритмом практических действий при возникновении пожара (вода, плотная ткань, обесточивание, вызов пожарной службы.).     |
| 4  | Действия при пожаре в здании.  | 1                   | 24.09 | Беседа о правилах безопасного поведения при пожаре, правилах и способах эвакуации. Работа с алгоритмом практических действий при возникновении пожара. Эвакуация.   |
| 5  | Действие при пожаре в лесу.  | 1                   | 1.10  | Знакомство учащихся с понятиями «верховой, низовой пожар, степной пожар». Рассказать о видах пожаров в лесу, правилах поведения при пожаре. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций. |
| <b>Правила дорожного движения (4 часа)</b> |  |                     |       |   |
| 6  | Причины ДТП. Поведение учащихся при ДТП.   | 1                   | 8.10  | Беседа о причинах ДТП; о правилах поведения при ДТП (паника, страх). Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.  |
| 7  | Знаки для пешеходов и водителей.   | 1                   | 15.10 | Знакомство с основными дорожными знаками для пешеходов и водителей; с правилами поведения на проезжей части. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.                                |

|  |  |   |       |   |
|--|--|---|-------|---|
| 8  | Движение транспортных средств.   | 1 | 22.10 | Знакомство учащихся с видами транспорта: грузовой, пассажирский транспорт. Рассказать о движении транспортных средств, правилах поведения на проезжей части. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.  |
| 9  | Движение по загородным дорогам.  | 1 | 29.10 | Знакомство учащихся с понятиями «загородная дорога». Рассказать о движении транспортных средств, правилах поведения на проезжей части. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.  |
| <b>Экстремальная ситуация в природе и первоочередные действия человека, попавшего в нее. 4 часов</b> |  |   |       |   |
| 10   | Опасные и экстремальные ситуации. Что к ним относится.   | 1 | 12.11 | Знакомство учащихся с видами опасных и экстремальных ситуаций в природе, правилах поведения.  |
| 11   | Как подготовиться к путешествию по незнакомым местам, чтобы не попасть в экстремальные ситуации. | 1 | 19.11 | Беседа с учащимися о причинах попадания человека в условия вынужденной автономии, о факторах, способствующих развитию или возникновению экстремальных ситуаций. Изучение мер профилактики и подготовки к безопасному поведению, правил поведения в условиях вынужденной автономии. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций (туристическое снаряжение). |
| 12   | Факторы, мешающие успешно справиться с экстремальной ситуацией в природе.                        | 1 | 26.11 | Знакомство учащихся с факторами, мешающими успешно справиться с экстремальной ситуацией в природе (страх, паника). Изучение мер профилактики и подготовки к безопасному поведению, правил поведения в условиях вынужденной автономии. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.   |
| 13   | Последовательность действий в экстремальной ситуации в природе.                                  | 1 | 3.12  | Работа с алгоритмом последовательности действий человека в экстремальной ситуации. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.  |
| <b>Смена климатогеографических условий. – 2 час</b>  |  |   |       |   |
| 14   | Особенности акклиматизации в различных климатических условиях                                    | 1 | 10.12 | Знакомство учащихся с понятием «акклиматизация». Беседа о представлении акклиматизации как о неизбежном процессе, происходящем в организме человека и связанном с   |



|   |  |   |       |   |
|---|--|---|-------|---|
|   |  |   |       | приспособлением организма к новым климатическим условиям. Знакомство с факторами, оказывающими влияние на акклиматизацию человека к новым условиям. Разобрать особенности акклиматизации человека к условиям холодного и жаркого климата. Обсудить общие правила поведения человека в новых климатических условиях для обеспечения его личной безопасности. |
| 15  | Общие правила успешной акклиматизации            | 1 | 17.12 | Обсуждение общих правил поведения человека в новых климатических условиях для обеспечения его личной безопасности (одежда по погоде, режим питания и потребления воды, физическая закалка организма). Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.   |
| <b>Возможности выживания человека в условиях автономного существования в природе. 12 часов.</b> |  |   |       |   |
| 16  | Если ты отстал от группы                         | 1 | 24.12 | Знакомство учащихся с правилами поведения в условиях автономного существования в природной среде; обсуждение общих правил безопасности в пути: что делать, если отстал от группы. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.   |
| 17  | Если ты заблудился в лесу.                       | 1 | 14.01 | Рассказать о препятствиях и их видах. Знакомство учащихся с правилами поведения в условиях автономного существования в природной среде; обсуждение общих правил безопасности в пути: что делать, если заблудился в лесу. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.  |
| 18  | Авария транспортного средства в безлюдном месте. | 1 | 21.01 | Знакомство учащихся с общей картиной при авариях транспортных средств в безлюдной местности; знаках и сигналах бедствия, способах их подачи. Обсуждение правил безопасного поведения в экстремальных ситуациях. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.   |
| 19  | Способы подачи сигналов бедствия                 | 1 | 28.01 | Знакомство учащихся со знаками и сигналами бедствия, способах их подачи (сигналы международного кода, костер, сигнальное зеркало). Обсуждение правил безопасного поведения в экстремальных ситуациях. Выполнение заданий по   |

|    |                                     |   |       |   |
|----|-------------------------------------|---|-------|---|
|    |                                     |   |       | предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.   |
| 20 | Как находить дорогу домой.          | 1 | 4.02  | Знакомство учащихся с основными способами отыскания дороги к жилью (солнце, луна, звезды, часы). Показать важность темы для сохранения жизни человека. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.  |
| 21 | Устройство временных укрытий        | 1 | 11.02 | Знакомство учащихся с видами укрытий, с главными принципами постройки временных укрытий (выбор места, сезонные укрытия). Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.  |
| 22 | Добывание костра, разведения костра | 1 | 18.02 | Знакомство учащихся с различными типами костров, видами растопки; правилами выбора и подготовки места для костра. Обсуждение правил противопожарной безопасности. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.   |
| 23 | Обеспечение бытовых потребностей    | 1 | 25.02 | Беседа о возможностях выживания при автономном пребывании в природных условиях: обеспечение бытовых потребностей. Изготовление бытовых приборов. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.  |
| 24 | Обеспечение водой                   | 1 | 4.03  | Беседа о возможностях выживания при автономном пребывании в природных условиях: обеспечение бытовых потребностей и обеспечение водой. Знакомство с правилами компенсации потери воды организмом, способами добывания воды, ее фильтрация и обеззараживание. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.   |
| 25 | Организация питания                 | 1 | 11.03 | Беседа о возможностях выживания при автономном пребывании в природных условиях: обеспечение бытовых потребностей, обеспечение водой, организация питания. Знакомство учащихся с ситуацией добывания пищи в экстремальной ситуации: чем можно питаться; с правилами ловли и приготовления рыбы; научить различать съедобные и несъедобные ягоды и растения; каких мелких животных и беспозвоночных можно есть; как приготовить пищу из «подножного» корма. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ |

|   |  |   |       |  |
|---|--|---|-------|--|
|   |  |   |       | ситуаций.  |
| 26  | Личная гигиена в походе                                | 1 | 18.03 | Беседа о необходимости соблюдения правил личной гигиены в походной жизни. Рассказать о комплексе гигиенических правил, выполнение которых способствует сохранению и укреплению здоровья человека. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.  |
| 27  | Возможные опасности в пути и меры по их предупреждению | 1 | 25.03 | Беседа о возможных опасностях в пути и правилах поведения с опасными животными, при переправах через реки и болота, при движении в горах; молнии. Изучение мер по их предупреждению. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.   |
| <b>Оказание первой помощи пострадавшему (7 часов)</b> |  |   |       |  |
| 28  | Общие принципы оказания самопомощи                     | 1 | 8.04  | Актуализация знаний об общих принципах оказания самопомощи, взаимопомощи. Беседа о симптомах шокового состояния и комы; правилах оказания доврачебной помощи, последовательности неотложных действий в простейших ситуациях, когда пострадавшему требуется быстрая помощь. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.                   |
| 29  | Общие принципы оказания первой помощи товарищу.        | 1 | 15.04 | Актуализация знаний об общих принципах оказания первой помощи товарищу. Знакомство с понятиями «пульс», «искусственное дыхание». Беседа о правилах оказания доврачебной помощи, последовательности неотложных действий в простейших ситуациях, когда пострадавшему требуется быстрая помощь. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций. |
| 30  | Аптечка, природные лекарственные средства              | 1 | 22.04 | Беседа с учащимися о правилах формирования походной аптечки и использования природных лекарственных средств в условиях автономного существования (перевязочный материал, дезинфекция, лекарства). Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.  |
| 31  | Закрытые травмы  | 1 | 29.04 | Знакомство с понятиями «закрытая травма». Обучение   |

|    |   |   |       |  |
|----|---|---|-------|--|
|    |   |   |       | <p>учащихся практическим навыкам оказания первой медицинской помощи при закрытых травмах (ушибы, растяжение связок, вывихи, переломы); первой медицинской помощи при укусах. Формирование у учащихся потребности в соблюдении правил безопасного поведения во время перемен, при занятиях спортом, на прогулках, экскурсиях. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.</p> |
| 32 | Укусы бешеных животных  | 1 | 6.05  | <p>Обучение учащихся практическим навыкам оказания первой медицинской помощи при укусах животных. Формирование у учащихся потребности в соблюдении правил безопасного поведения с животными. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.</p>   |
| 33 | Практическое занятие: Первая помощь утопающему                  | 1 | 13.05 | <p>Беседа о правилах поведения на воде и оказании первой медицинской помощи утопающему. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.</p>  |
| 34 | Практическое занятие: Оказание помощи пострадавшему при травмах | 1 | 20.05 | <p>Знакомство с видами травм, их признаками и алгоритмом действий при оказании первой медицинской помощи. Выполнение заданий по предложенным практическим ситуациям, анализ ситуаций.</p>  |