

Приложение № 17 «Основы безопасности жизнедеятельности» к АООП ООО, утвержденной приказом директора МАОУ Черновской СОШ от 30.08.2024 г. № 178-24од

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Министерство образования и молодежной политики
Свердловской области**

Управление образования Ирбитского муниципального образования

МАОУ Черновская СОШ

АДАптированная рабочая программа

учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

**для обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
вариант 1**

(для 7-9 классов)

1. Пояснительная записка

Основная цель изучения данного предмета заключается:
формирование у обучающихся основных понятий, безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях в повседневной жизни, об их последствиях для здоровья и жизни человека.

Задачи изучения предмета:

усвоение знаний 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;

развитие личных, духовных и физических качеств, обеспечивающих безопасное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно

выполнять требования, предъявляемые к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;

воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности;

развитие умений предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и своих возможностей.

2. Общая характеристика учебного предмета

Формирование у школьников системных знаний, умений и навыков о здоровом образе жизни и личной гигиене, об угрозах и опасностях в сфере жизнедеятельности школьника, приёмах и правилах самозащиты и поиска

своевременной помощи со стороны взрослых (в том числе, по телефону), об обеспечении безопасности собственных действий и предотвращения опасных ситуаций и конфликтов дома, в школе, на улице, в общественных местах, на водоёмах, при пожаре, а также оказания простейшей медицинской помощи, рекомендуется осуществлять за счет времени компонента образовательного учреждения.

Включение дополнительных знаний расширяет интегративные возможности предмета, помогает использовать полученные знания в практической

деятельности, развивает способности учащихся ориентироваться в окружающей социальной и природной среде. Кроме того, включение

дополнительного материала в состав основного курса способствует развитию логических умений сравнивать, определять главное и использовать полученные знания в повседневной жизни.

Особое значение имеет необходимость углубления и расширения определенных понятий предмета, что обусловлено растущим интересом учащихся к умениям действовать в экстремальных ситуациях, развитию самостоятельности при решении

социальных и бытовых проблем в сложных жизненных ситуациях. Изучение дополнительного содержания по основам безопасного поведения поможет в формировании и развитии как логических, так и практических умений

учащихся. Кроме того, программа предоставляет возможность для более широкой реализации воспитательного аспекта в процессе преподавания данного предмета.

Место предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в учебном плане

На учебный предмет «ОБЖ» в учебном плане отводится по 1 часу в неделю в каждом классе.

4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Личностные результаты:

– усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;

– формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;

– воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед родиной;

– формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору;

– формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми

и достигать в нем взаимопонимания;

– освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;

– развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

– формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;

– формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;

– осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

– формирование антитеррористического мышления и поведения, потребности соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Предметные результаты:

– формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

– формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;

– понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;

– 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 и разумный образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;

– формирование 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 терроризм, их последствий для личности, общества и государства;

– знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;

– умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;

– умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;

– умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

5. Содержание учебного предмета

«Основы безопасности жизнедеятельности»

5 класс

1. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся

1.1 *Безопасное поведение на дорогах*

Движение пешеходов по дорогам. Правостороннее и левостороннее движение.

Элементы дорог. Дорожная разметка. Перекрестки. Их виды. Переходим дорогу, перекресток. Сигналы светофора и регулировщика.

Виды транспортных средств. Специальные транспортные средства. Сигналы, подаваемые водителями транспортных средств. Скорости движения

городского транспорта. Состояние дороги, тормозной путь автомобиля. На загородной дороге, движение пешехода по загородной дороге.

1.2 *Мы - пассажиры*

Безопасность пассажиров. Обязанности пассажиров. Правила посадки и высадки из транспортного средства. Поведение при угрозе аварии и во время нее. Безопасная поза.

1.3. *Пожарная безопасность и поведение при пожаре* Пожар в общественных местах (школа, кинотеатр), причина пожаров. Правила поведения при возникновении пожара в общественных местах. Страх, навыки безопасного поведения.

Возникновение пожара в общественном транспорте, правила поведения.

1.4. *Безопасное поведение дома* Лифт - наш домашний транспорт. Меры безопасности при пользовании предметами бытовой химии. Профилактика отравлений.

Соблюдение мер безопасности при пользовании электрическими приборами в быту.

Соблюдение мер безопасности при пользовании газовыми приборами и печным отоплением.

1.5. *Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера*

Правила обеспечения сохранности личных вещей.

Защита квартиры (дома) от воров и грабителей: звонок в дверь, звонок (беседа) по телефону.

Особенности поведения с незнакомыми людьми: опасные незнакомцы.

2. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

2.1. *Первая медицинская помощь при отравлении газом* Отравление. Причины отравлений газообразными или вдыхаемыми токсическими веществами. Профилактика отравлений. Признаки отравления угарным газом. Первая помощь при отравлении угарным газом.

3. Защита человека в чрезвычайных ситуациях

3.1. *Чрезвычайные ситуации*

Чрезвычайные ситуации природного происхождения - стихийные бедствия. Примеры стихийных бедствий: тайфуны, ураганы, бури (штормы), смерчи, снегопады, метели, наводнения. Их последствия, мероприятия по защите.

Лесные пожары. Действия школьников по их предупреждению.

3.2. *Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения*

Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Примеры содержания речевой информации о чрезвычайных ситуациях.

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

В основе учебно-воспитательного процесса лежат следующие ценности предмета «Основы безопасного поведения»:

- формирование доброжелательности, доверия и внимания к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;
- формирование потребности в соблюдении здорового образа жизни;
- формирование навыков культуры поведения на дорогах, в транспорте,

общественных местах, безопасного поведения в природе, нравственного выбора и ответственности человека в отношении к самому себе и окружающим людям;

- развитие широких познавательных интересов, инициативы и любознательности, мотивов познания и творчества;

- формирование умения учиться и способности к организации своей деятельности (планированию, контролю, оценке);

- развитие готовности к самостоятельным поступкам и действиям, ответственности за их результаты.

Формы организации учебного процесса

Основной формой организации учебного процесса является классно-урочная система обучения. В ходе учебного процесса используются как традиционные формы урока (уроки объяснения нового материала, обобщения и систематизации, контроля), так и особенно актуальны для младшего школьника следующие способы передачи своего отношения к полученной информации: движение (активное практическое действие, игра как реализация полученных знаний, рисунок) и слово (беседа, рассказ).

При организации урока применяется деятельностный подход, который предполагает активное участие ребенка в учебном процессе, за умениями, навыками, развитием и воспитанием ученика всегда стоит действие. Необходимо научить ребенка мыслить, привить ему навыки практических действий. Этому способствуют активные формы и методы обучения, к которым относятся: игра, проблемная ситуация, обучение через деятельность, групповая и парная работа, «оценочная» деятельность учащихся.

6 класс

Раздел I.

Раздел 1-2. Основы комплексной безопасности. Защита населения российской федерации от чрезвычайных ситуаций.

Общее понятие об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера. ЧС геологического происхождения их причины и последствия.

Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения. Чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения. Формы организации учебных занятий: индивидуальная, фронтальная, групповая, парная. Основные виды учебной деятельности: слушание объяснений учителя, слушание и анализ выступлений своих товарищей, самостоятельная работа с учебником, просмотр учебных фильмов.

Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму

Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму. Формы организации учебных занятий: индивидуальная, фронтальная, групповая, парная. Основные виды учебной деятельности: слушание

объяснений учителя, слушание и анализ выступлений своих товарищей, самостоятельная работа с учебником, просмотр учебных фильмов, анализ проблемных ситуаций.

Раздел 4. Основы здорового образа жизни.

Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека. Формы организации учебных занятий: индивидуальная, фронтальная, групповая, парная. Основные виды учебной деятельности: слушание

объяснений учителя, слушание и анализ выступлений своих товарищей, самостоятельная работа с учебником, просмотр учебных фильмов, анализ проблемных ситуаций, работа с раздаточным материалом.

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.

Первая медицинская при неотложных состояниях. Формы организации учебных занятий: индивидуальная, фронтальная, групповая, парная.

Основные виды учебной деятельности: слушание объяснений учителя, слушание и анализ выступлений своих товарищей, самостоятельная работа с учебником, просмотр учебных фильмов, анализ проблемных ситуаций, работа с раздаточным материалом.

6. Тематическое планирование с указанием количества часов, отведенных на освоение каждой темы

5 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Основные виды деятельности
1	Вводный инструктаж по ТБ в кабинете начальных классов. Город как источник опасности. Особенности города как среды обитания человека.	2	Знать: источники и зоны опасности в современном городе; службы, входящие в систему обеспечений безопасности города, номера телефонов и содержание информации при их вызове. Уметь сообщать по телефону об аварии или опасной ситуации. Знать: службы обеспечения безопасности в соответствии с их предназначением; алгоритм вызова экстренных служб;
2	Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта)	2	действия по сигналу оповещения «Внимание всем!»
Опасные ситуации в доме (квартире).			
3	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире)	2	Знать: источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные опасные ситуации в доме и их причины.
4-5	Пожар.	4	Знать: основные причины и последствия пожара, правила поведения при пожарах в доме и способах эвакуации из горящего помещения. Уметь правильно действовать в случае пожара в доме, эвакуироваться из горящего здания
6	Затопление квартиры	2	Знать: порядок подачи воды в квартиру. Устройства, через которые она поступает для обеспечения бытовых потребностей. Причины затопления.
7	Электричество.	2	Знать: почему опасно электричество и в чем это заключается; как уберечь себя от поражения электрическим током. Иметь

			представление об электротравмах.
8	Опасные вещества и продукты питания.	2	Знать: в чем заключается опасность средств бытовой химии, газа, лекарств, и как они действуют на организм человека; какое отрицательное влияние на организм оказывают недоброкачественные продукты питания, и как избежать пищевого отравления. Уметь: правильно обращаться с опасными веществами; грамотно действовать в случае появления запаха.
9	Взрыв и обрушение дома.	2	Знать: почему происходят взрывы в жилых зданиях и правила безопасного поведения в этих случаях. Уметь: действовать при взрыве в квартире (доме).
10	Безопасность в нестандартных условиях. Захлопнулась дверь.	2	Знать: как поступить если захлопнулась дверь, потерялся или сломался ключ. Кого звать на помощь.
11	Обобщающий урок по разделу «Опасные ситуации в жилище»	2	Знать: возможные опасные ситуации в жилище, службы помощи, алгоритмы действий в зависимости от происшествия.
Опасные ситуации на улице.			
12	Опасность толпы. Безопасное поведение с животными.	2	Знать: правила безопасного поведения в толпе; правила безопасного поведения при встрече с собакой. Уметь: правильно вставать при падении в толпе, двигаться в толпе; правильно действовать в случае нападения собаки.
ЧС на транспорте.			
13	Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.	3	Знать: основные положения Правил дорожного движения.
14	Безопасное поведение пешеходов и пассажиров.	3	Знать: понятие о пешеходах и пассажирах. Правила безопасного движения пешеходов по дорогам. Правила поведения пассажира в транспорте.

15	Безопасность общественном транспорте и автомобиле.	вЗ	Знать: правила безопасного поведения при аварийных ситуациях в автобусе, троллейбусе, автомобиле, метро.
----	--	----	--

6 класс

Раздел 1-2. Основы комплексной безопасности. Защита населения российской федерации от чрезвычайных ситуаций.			
1.	Вводный инструктаж по ТБ в кабинете начальных классов (инструкция №19). Среда обитания человека.	1	Получают представление о стихийных бедствиях, экстремальных ситуациях в природных условиях и их причинах
2.	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.	1	
3.	Особенности природных условий в городе.	1	
4.	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность.	1	
5.	Безопасность в повседневной жизни. Неделя безопасности дорожного движения	1	
6.	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения.	1	Изучают основные положения правил дорожного движения
7.	Пешеход. Безопасность пешехода.	1	Осваивают правила безопасного поведения пешеходов и пассажиров
8.	Пассажир. Безопасность пассажира.	1	Осваивают правила безопасного поведения при аварийных ситуациях в автобусе, троллейбусе, автомобиле и метро
9.	Водитель. Велосипедист-водитель транспортного средства.	1	
10.	Пожарная безопасность.	1	Узнают о классификации пожаров, условиях и видах их распространения
11.	Безопасное поведение в бытовых ситуациях.	1	
12.	Погодные условия и безопасность человека.	1	Получают представление о негативном влиянии деятельности человека на окружающую среду, источниках загрязнения биосферы, чрезвычайных ситуациях экологического характера и их классификации

13.	Безопасность на водоемах.	1	
14.	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1	Узнают о поражающих факторах и последствиях от оползней, селей, обвалов и снежных лавин.
15.	Чрезвычайные ситуации техногенного характера.	1	Изучают рекомендации для населения, проживающего в оползне-, селе-, обвало- и лавиноопасных районах
16.	Антиобщественное поведение и его опасность.	1	
17.	Обеспечение личной безопасности дома.	1	
18.	Обеспечение личной безопасности на улице.	1	Получают представление о видах защитных сооружений, их устройстве и порядке заполнения. Изучают правила поведения в убежище и пользования поврежденным противогололедным средством
119.	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения.	1	Учатся правильно действовать при возникновении ситуаций криминального характера в доме, квартире и подъезде
20.	Виды террористических актов и их последствия.	1	
21.	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.	1	
22.	О здоровом образе жизни.		Формируют у себя потребность в соблюдении норм здорового образа жизни как способа
23.	Двигательная активность и закаливание организма необходимые условия укрепления здоровья.	1	укрепления и сохранения здоровья Объясняют значение двигательной активности для укрепления здоровья
24.	Рациональное питание. Гигиена питания.	1	Приобретают знания о значении белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных веществ для организма человека

25.	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.	1	Узнают о гигиенических требованиях к питанию и режиму питания. Учатся соблюдать
26.	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек.	1	правила этикета при приеме пищи Получают представление об особенностях своего развития и поведения. Учатся учитывать эти особенности при общении с окружающими людьми
27.	ПМП при различных видах повреждений. Практические занятия. Всероссийский урок ОБЖ (день пожарной охраны)	1	Учатся правильно комплектовать походную аптечку средствами оказания первой помощи и при необходимости оказывать первую помощь, используя лекарственные растения
28.	Оказание первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах. Практические занятия.	1	Учатся правильно комплектовать походную аптечку средствами оказания первой помощи и при необходимости оказывать первую помощь, используя лекарственные растения
29.	Оказание первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах. Практические занятия.	1	Учатся оказывать первую помощь при утоплении
30.	Оказание первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах. Практические занятия.	1	

	День Победы советского народа в Великой Отечественной войне 1941-1945 годов.		
31.	ПМП при отравлениях. Практические занятия.	1	
32.	ПМП при отравлениях. Практические занятия.	1	
33.	ПМП при отравлениях. Практические занятия.	1	
34.	Итоговое практическое занятие.	1	
	Итого	34	

Материально-техническое обеспечение образовательной деятельности

ние объектов и средств материально- технического обеспечения	Кол-во	Примечание
Дидактический раздаточный материал: карточки, шаблоны	П	
Цифровые образовательные ресурс		
Мультимедийные обучающие презентации.		на электронном носителе
Технические средства обучения		
Мультимедиа-проектор	Д	
Аудиторная доска с магнитной поверхностью и набором приспособлений для крепления таблиц и репродукций	Д	
Компьютер	Д	
Нэтбук обучающегося	К	
Специализированная учебная		
Столы учебные	Ф	
Стулья	К	
Шкафы и стеллажи для книг и оборудования	Д	
Стол учителя	Д	