

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области
«Кировградская школа-интернат», реализующая адаптированные
основные общеобразовательные программы»

Принято:
Педагогическим советом школы
Протокол заседания
№ 1 от « 27 » августа 2024г.

Утверждаю:
Директор школы _____ Паршутина О. В.
Приказ № 105 о/д от «28» августа 2024г.



Рабочая программа
по курсу **«Основы безопасности жизнедеятельности»**
5 класс
Вариант I

Разработчик:
Тозлован Инна Григорьевна
Учитель-дефектолог первой
квалификационной категории

Пояснительная записка

Программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначена для учащихся 5 класса с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) и разработана на основе следующих документов:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» № 273-ФЗ от 29.12.2012 г.;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (приказ Минобрнауки РФ № 1599 от 19.12.2015 г.);
3. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ГБОУ СО «Кировградская школа-интернат» вариант 1.
4. Учебный план ГБОУ СО «Кировградская школа-интернат».

Цель программы «Основы безопасности жизнедеятельности»:

Формирование базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности, содействие выработке умений распознавать угрозы, избегать опасности, нейтрализовать конфликтные ситуации, грамотно вести себя в условиях чрезвычайной ситуации, сохранять свое здоровье.

Задачи программы:

1. Ознакомление учащихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) с основными (базовыми) знаниями в области безопасности жизнедеятельности при возникновении чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.
2. Привитие обучающимся с легкой степенью умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) начальных умений и навыков безопасного поведения в повседневной жизни, транспортной среде, чрезвычайных ситуациях техногенного и социального характера;
3. Формирование потребности обучающегося с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) в принятии важности укрепления, сохранения и защиты своего здоровья через ведение здорового образа жизни, отрицательного отношения к вредным привычкам.
4. Формирование потребности обучающегося с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями), в приобретении знаний в области личной безопасности, культуры безопасного поведения
5. Выработка у обучающихся антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к асоциальному поведению людей в современном обществе.
6. Формирование навыков по оказанию первой помощи при несчастном случае.

В ходе занятий применяются как традиционные, так и нетрадиционные **формы обучения**; используются индивидуальная, парная, групповая, коллективная работа.

В процессе реализации программы используются практические и наглядные **методы обучения**:

- объяснительно-иллюстративные (беседа, рассказ, работа с таблицами, тематическими картинками, опорными таблицами, схемами, буклетами);
- репродуктивные (работа по образцам);
- частично-поисковые (разгадывание ребусов, кроссвордов, загадок, использование дидактических игр);
- предметно-практические методы (практикумы, экскурсии, практические пробы и т.д.);
- система специальных коррекционно-развивающих методов;

- методы убеждения (словесное разъяснение, убеждение, требование);
- методы организации деятельности (приучение, упражнение, показ, подражание);
- методы стимулирования поведения (похвала, поощрение, самооценка).

Так же используются следующие **приёмы и средства обучения**:

загадки, проблемные ситуации, игры (дидактические, сюжетные, интерактивные), экскурсии, прогулки, наблюдение, примеры из жизненных ситуаций, сюжеты из средств массовой информации, аудио и видео материалы.

Использование перечисленных приемов и средств обучения способствует наиболее полному и глубокому усвоению жизненного опыта и показанию его практической значимости в глазах обучающегося с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Структурно программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5 классе представлена следующими **модулями**:

1. «Основы комплексной безопасности» - Человек, среда его обитания, безопасность человека. Опасные ситуации техногенного характера. Опасные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.

2. «Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации» - Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение. Экстремизм и терроризм- чрезвычайные опасности для общества и государства.

3. «Основы здорового образа жизни» - Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни. Факторы, разрушающие здоровье.

4. «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» - Первая помощь и правила ее оказания

Программа реализуется в 5 классе, количество часов в неделю – 1 час, общее количество часов – 34 ч. Количество часов определяется в соответствии с учебным планом ГКОУ СО «Кировградская школа-интернат» на текущий учебный год и разделам курса в зависимости от недельной нагрузки, годового календарного учебного графика.

Планируемые результаты освоения обучающимися с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) программы курса «Основы безопасности жизнедеятельности» представлены личностными и предметными результатами.

Личностные результаты

1. Усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте.

2. Формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни.

3. Усвоение традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед Родиной.

4. Формирование мировоззрения, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;

5. Формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

6. Освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных социальных группах и сообществах;

7. Осознанного и ответственного отношения к своим поступкам;

8. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно-полезной, творческой и других видах деятельности;

9. Формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во все ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;

10. Формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребности соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Предметные результаты

5 класс

Личная безопасность

1. Знать источники и зоны повышенной опасности в современном городе и их характеристики
2. Иметь представление о системах обеспечения безопасности города (населенного пункта)
3. Знать наиболее часто встречающиеся опасные и аварийные ситуации в доме (квартире): затопление квартиры, замыкание и возгорание электричества, использование и употребление опасных веществ и продуктов питания, действия при взрыве и обрушении дома.

Социальная безопасность

1. Знать правила обеспечения личной безопасности дома и алгоритм действий при возникновении таких ситуаций как звонок в дверь, дверь пытаются открыть снаружи незнакомые люди, оказании в подъезде и с незнакомыми людьми

Дорожная безопасность

1. Безопасное поведение на улицах и дорогах в опасных ситуациях
2. Прогнозирование опасных дорожных ситуаций на дороге.

Безопасность в природных условиях

1. Знать признаки появления стихийных бедствий природного характера и как обезопасить себя в ЧС.

Основы здорового образа жизни безопасность

1. Иметь представление о необходимости вести здоровый образ жизни, его значении для здоровья человека.
2. Знать о пользе двигательной активности и закаливания для здоровья человека.
3. Знать о вреде вредных привычек и их влиянии на здоровье человека.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 КЛАСС
(1 час в неделю, всего 34 часа)

Тематический блок (раздел), кол-во час.	Основное содержание, кол-во час.	Характеристика деятельности обучающихся
МОДУЛЬ № 1 «Основы комплексной безопасности». (17 ч.)		
Город – как среда обитания	Город как среда обитания Особенности природных условий в городе Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность	• характеризуют представление о городе и жилище как месте проживания человека; • объясняют положительные и отрицательные стороны для жизнедеятельности человека в современном городе; • раскрывают возможные опасные ситуации в городе и в собственном доме; • раскрывают и характеризуют причины возникновения опасных ситуаций; • моделируют реальные ситуации и решают ситуационные задачи.
Личная безопасность	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища Безопасность в повседневной жизни Пожарная безопасность. Правила личной безопасности при пожаре Безопасное обращение с электричеством и бытовым газом Меры безопасности при пользовании в доме водой. Безопасность и компьютер	• раскрывают и обосновывают источники возникновения аварийных и опасных ситуаций в жилище; • отрабатывают алгоритм действий при пожаре; • раскрывают правила безопасного обращения с электричеством, бытовым газом и системой водоснабжения; • раскрывают основы информационной безопасности; • моделируют реальные ситуации и решают ситуационные задачи.
Дорожная безопасность	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения Регулирование дорожного движения Пешеход. Безопасность пешехода Пассажир. Безопасность пассажира Водитель. Безопасность велосипедиста	• классифицируют участников дорожного движения и элементы дороги; • характеризуют условия обеспечения безопасности участников дорожного движения; • характеризуют правила дорожного движения для пассажиров, пешеходов, водителей; • моделируют реальные ситуации и решают ситуационные задачи.
МОДУЛЬ № 2 «Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации». (5 ч.)		

Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение	Антиобщественное поведение и его опасность: вор, грабитель, мошенник и т.д. Обеспечение личной безопасности дома. Обеспечение личной безопасности на улице. Рекомендации по безопасному поведению	• раскрывают понятие «антиобщественное поведение», «криминогенная ситуация»; • характеризуют поведение людей, которые стремятся достичь своих целей преступным путем; • отрабатывают правила личной безопасности при общении с незнакомыми людьми; • раскрывают правила безопасного поведения в характерных криминогенных ситуациях; • моделируют реальные ситуации и решают ситуационные задачи.
Экстремизм и терроризм	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности Правила поведения и действия при обнаружении взрывного устройства	• раскрывают понятие «экстремизм», «терроризм»; • обсуждают возможных путей защиты от терроризма; • классифицируют виды и особенности уголовной ответственности и наказаний согласно УК РФ; • отрабатывают алгоритм действий при обнаружении взрывного устройства
МОДУЛЬ № 3 «Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях». (8 ч.)		
Безопасность в природных условиях	Погодные явления и безопасность человека: гроза, гололед, метель Безопасность на водоемах ЧС природного характера: землетрясение, наводнение, ураганы, сели, обвалы	• раскрывают особенности опасностей природных явлений; • классифицируют терминологию и описание погодных явлений, характерных для данного места проживания; • объясняют правила безопасного поведения во время грозы, гололеда, метели; • объясняют правила безопасного поведения во время землетрясения, наводнения, урагана, сели, обвала; • вырабатывают порядок действий при наводнениях, при движении по замерзшим водоемам и при авариях на судах; • моделируют реальные ситуации и решают ситуационные задачи.
Чрезвычайные ситуации техногенного характера	ЧС техногенного характера Действия при оповещении об угрозе ЧС	• классифицируют понятие «чрезвычайная ситуация»; • характеризуют стадии развития чрезвычайной ситуации; • объясняют основные причины возникновения ЧС (внутренние, внешние); • моделируют реальные ситуации и решают

		ситуационные задачи.
Первая помощь при различных видах повреждений.	Первая помощь при различных видах повреждений Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах. Первая помощь при отравлениях.	• характеризуют бытовые травмы и объясняют правила их предупреждения; • раскрывают элементарные приемы оказания первой медицинской помощи; • объясняют правила и вырабатывают навыки оказания первой помощи при ушибах, переломах, ссадинах; • раскрывают правила комплектования и хранения домашней аптечки; • моделируют реальные ситуации и решают ситуационные задачи.
МОДУЛЬ № 3 «Основы здорового образа жизни». (4 ч.)		
Здоровье человека и факторы, на него влияющие	Значение ЗОЖ, двигательной активности и закаливания Рациональное питание. Гигиена питания.	• классифицируют компоненты здорового образа жизни; • раскрывают понятия «двигательная активность», «закаливание», «гигиена питания»; • раскрывают значение двигательной активности, закаливания, рационального питания для здоровья человека; • характеризуют виды закаливания; • раскрывают основные принципы рационального питания; • моделируют реальные ситуации и решают ситуационные задачи.
Вредные привычки и их влияние на здоровье.	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека ЗОЖ и профилактика вредных привычек.	• раскрывают понятия «привычка», «вредной привычка»; • характеризуют вредное и опасное влияние вредных привычек на физическое и психическое здоровье человека; • раскрывают меры профилактики вредных привычек; • моделируют реальные ситуации и решают ситуационные задачи.
Всего – 36 часов.		

Календарно – тематическое планирование – 5-а класс

№п/п	Кол-во часов	Темы	Дата
1.	1	Город как среда обитания	
2.	1	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища	
3.	1	Особенности природных условий в городе	
4.	1	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность	
5.	1	Безопасность в повседневной жизни	
6.	1	Практическое занятие. Безопасность в повседневной жизни	
7.	1	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения	
8.	1	Регулирование дорожного движения	
9.	1	Пешеход. Безопасность пешехода	
10.	1	Пассажир. Безопасность пассажира	
11.	1	Водитель. Безопасность велосипедиста	
12.	1	Пожарная безопасность. Правила личной безопасности при пожаре	
13.	1	Безопасное обращение с электричеством и бытовым газом	
14.	1	Меры безопасности при пользовании в доме водой.	
15.	1	Безопасность и компьютер	
16.	1	Практическое занятие	
17.	1	Погодные явления и безопасность человека: гроза, гололед, метель	
18.	1	Безопасность на водоемах	
19.	1	ЧС природного характера: землетрясение, наводнение, ураганы, сели, обвалы	
20.	1	ЧС техногенного характера	
21.	1	Практическое занятие. Действия при оповещении об угрозе ЧС	
22.	1	Антиобщественное поведение и его опасность: вор, грабитель, мошенник и т.д.	
23.	1	Обеспечение личной безопасности дома. Правила поведения	
24.	1	Обеспечение личной безопасности на улице. Рекомендации по безопасному поведению	
25.	1	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения	
26.	1	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности	
27.	1	Правила поведения и действия при обнаружении взрывного устройства	
28.	1	Значение ЗОЖ, двигательной активности и закаливания	
29.	1	Рациональное питание. Гигиена питания	
30.	1	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека	
31.	1	ЗОЖ и профилактика вредных привычек. Практическое занятие	
32.	1	Первая помощь при различных видах повреждений	
33.	1	Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах. Практическое занятие	
34.	1	Первая помощь при отравлениях. Практическое занятие	

Учебно – методические пособия

1. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-й класс: учебник для ОУ/ А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников / под ред. А.Т. Смирнова / М.: Просвещение, 2011
2. А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, М.В. Маслов. Основы безопасности жизнедеятельности. Рабочая тетрадь 5 класс / пособие для учащихся общеобразовательных учреждений / под редакцией А.Т. Смирнова: М.: Просвещение, 2011.
3. А.Л. Рыбин М.В. Маслов дорожное движение. Безопасность пешеходов, пассажиров, водителей. 5-9 классы/ пособие для учащихся общеобразовательных учреждений. Под общей редакцией А.Т. Смирнова: М.: Просвещение, 2008
4. Воронова Е.А. Красный. Желтый. Зеленый. ПДД во внеклассной работе / Е.А. Воронова. - Ростов н/Д: Феникс, 2009.
5. Терроризм – ты под прицелом: пособие для учащихся, - М: Просвещение, 2011.

Интернет ресурсы

1. Безопасность в природных условиях (https://proobzh.okis.ru/video_uroki_6_klass.html)
2. Основы медицинских знаний (https://иванов ам.рф/perv_pom/perv_pom_videoteka_12_03.html)
3. Социальная безопасность ([ссылка](#))
4. Информационная безопасность (<https://stepik.org/catalog>)
5. Видеоуроки в интернет (<https://videouroki.net/blog/>)
6. Российская Электронная школа (<https://resh.edu.ru/>)
7. Инфоурок-видеоуроки (<https://infourok.ru/videouroki>)
8. Видео-сайт «Youtube» (<https://www.youtube.com/>)

Материально – техническое обеспечение курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

Эффективность преподавания курса «Основы безопасности жизнедеятельности» зависит от наличия соответствующего материально-технического оснащения. Это объясняется особенностями курса, в первую очередь его многопрофильностью и практической направленностью.

На уроках используются средства оснащения, необходимые для доведения до учащихся общей информации по разделам и темам курса «Основы безопасности жизнедеятельности», научно-практическим достижениям в области безопасности жизнедеятельности, а также средства, используемые в процессе проведения текущих занятий.

1. Учебно-методическая литература

1. Конституция Российской Федерации
2. Уголовный кодекс Российской Федерации
3. Федеральный закон «О гражданской обороне»
4. Закон «Об образовании»
5. Федеральный закон «О радиационной безопасности населения»
6. Федеральный закон «О пожарной безопасности»
7. Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»
8. Федеральный закон «О противодействии терроризму»

2. Технические средства обучения

1. Ноутбук
2. Мультимедиа проектор
3. Интерактивная доска

3. Средства программного обучения и контроля знаний

1. Интерактивные программы, презентации и пособия по учебному разделу «Социальная безопасность», «Пожарная безопасность», «Дорожная безопасность».
2. Интерактивные программы, презентации и пособия по учебному разделу «Основы здорового образа жизни» и «Основы медицинских знаний и оказания первой помощи»
3. Мультимедийная энциклопедия по действиям населения в чрезвычайных ситуациях
4. Географическая информационная система «ГЕО-ЭКС-ТРЕМУМ»
5. Компьютерное учебное пособие «Безопасность на улицах и дорогах»

6. Компьютерная игровая программа «Как Иван-царевич подземного змея победил» (действия в сейсмоопасных районах)

4. Наглядные пособия

Информационные плакаты

1. Безопасность на улицах и дорогах
2. Криминогенные ситуации
3. Землетрясения, оползни, сели, обвалы, ураганы, бури, смерчи
4. Правила поведения при землетрясениях
5. Пожары, взрывы
6. Наводнения и затопления
7. Правила оказания медицинской помощи Плакаты
8. Безопасность дорожного движения
9. Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций
10. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи

Средства защиты дыхания

1. Ватно-марлевые повязки
2. Противопылевые тканевые маски
3. Респираторы (типа ШБ-1 и т. п.)
4. Противогазы (типа ГП-7, ПДФ-7, ИП-4М и т. п.)

Средства медицинской защиты

1. Аптечка индивидуальная (типа А-2 и т. п.)
2. Индивидуальный перевязочный пакет и т. п.
3. Противохимический пакет (типа ИПП-8 и т. п.)