

Приложение № 14  
к Адаптированной основной  
общеобразовательной программе  
для обучающихся  
с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)  
утверждено приказом директора  
№ 59 – ОД от 31.08.2021г.

**Рабочая программа  
учебного предмета  
«Основы безопасности жизнедеятельности»  
5- 6 классы**

Учитель:  
Бедулев К.П..

### **Пояснительная записка**

Рабочая программа составлена на основе положений Федерального Государственного образовательного стандарта основного общего образования с ограниченными возможностями здоровья.

Рабочая программа по ОБЖ для 5-6 классов разработана в соответствии с:

1. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования с ограниченными возможностями здоровья;
2. Примерной основной адаптированной образовательной программы основного общего образования
3. Примерной рабочей адаптированной программы Основы безопасности жизнедеятельности. 5-6 классы.

Основными *целями* изучения курса ОБЖ являются:

1. 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.
2. Воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью.
3. Развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в ЧС; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении ЗОЖ.
4. Овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в ЧС; использовать СИЗ и СКЗ; оказывать ПМП пострадавшим.

Изучение тематики данной рабочей программы направлено на решение следующих **задач**:

- формирование у учащихся научных представлений о принципах и путях снижения «фактора риска в деятельности человека и общества;
- выработка умений предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и адекватно противодействовать им;
- формирование у учащихся модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни.

Программа по ОБЖ для 5-9 классов построена с учётом принципов системности, научности и доступности, а также преемственности и перспективности между различными разделами курса. Программа предусматривает прочное усвоение материала, для чего значительное место в ней отводится повторению. В программе дана последовательность тем, сформулированы требования к знаниям, умениям учащихся

Содержание программы по обучению ОБЖ максимально связывается с жизненным опытом учащихся, носит ярко выраженный прикладной характер и имеет практическую значимость и жизненную необходимость.

## **Общая характеристика учебного предмета**

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» на ступени основного общего образования в условиях реализации ФГОС ОВЗ 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.

Основные методы обучения: наблюдения, повседневный опыт, интуитивное предсказание, активные методы обучения стимулирующие познавательную деятельность учащихся, интерактивное обучение- обучение основанное на общении, компьютерные методы обучения (адаптивные методы, метод проблем и открытий, метод научных исследований и т.д.

За основу проектирования структуры и содержания программы принят модульный принцип ее построения и комплексный подход к наполнению содержания для формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, индивидуальной системы здорового образа жизни и антитеррористического поведения.

Модульный принцип позволяет: эффективнее организовать учебно-воспитательный процесс в области безопасности жизнедеятельности в различных регионах России с учетом их реальных особенностей в области безопасности, а также более полно использовать межпредметные связи при изучении тематики ОБЖ; структурировать содержание рабочей программы при изучении предмета в 5 – 6 классах.

Структурные компоненты программы представлены в двух учебных модулях, охватывающих весь объем содержания, определенный для основной школы в области безопасности жизнедеятельности. Каждый модуль содержит два раздела и шесть тем.

## **Место в учебном плане курса «Основы безопасности жизнедеятельности»**

Учебный план МАОУ Леонтьевской СОШ на изучение ОБЖ отводит 1 учебный час в неделю в течение учебного года обучения.

Данная рабочая программа предусматривает следующий вариант организации процесса обучения:

<b>Класс</b>	<b>Количество часов в неделю</b>	<b>Количество часов в год</b>
5	0,5	17
6	0,5	17

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета**

#### ***Личностные результаты обучения:***

- 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 предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания; освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств 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, 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;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

### ***Предметные результаты обучения:***

#### ***5 класс***

- формирование первичных навыков определения потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающих в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- формирование системы безопасного поведения в повседневной жизни в условиях города;
- формирование навыков определения экстремизма и терроризма, причин их возникновения;
- умение пользоваться системой обеспечения безопасности (милиция, скорая помощь, пожарная охрана);
- знание правил обеспечения безопасности на современном транспорте;
- владение основными правилами дорожного движения, правильностью определения знаков ДД;
- умение правильно оценить ситуацию при пожаре;
- знание правил безопасного поведения в быту, предупреждение травм в школьном возрасте;
- владение понятиями о здоровье и здоровом образе жизни;
- владение первичными знаниями по оказанию первой помощи.

#### ***6 класс***

- владение знаниями по обеспечению безопасности при автономном (добровольное и вынужденное) существовании человека в природной среде;
- владение знаниями о различных видах активного отдыха и турпоходах на природе, особенности подготовки к ним;
- овладение правилами обеспечения личной безопасности во время активного отдыха на природе;
- владение знаниями об опасных ситуациях, которые могут произойти в природных условиях;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- умение обеспечивать личную безопасность в природных условиях;
- умение оказывать первую помощь при неотложных состояниях, возникающих в природных условиях;
- понимание необходимости вести здоровый образ жизни;
- выработка отрицательного отношения к приему наркотических и других психоактивных веществ;
- знание влияния основных неблагоприятных факторов окружающей среды на здоровье.

***Метапредметными результатами*** обучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности является (УУД).

#### ***Регулятивные УУД:***

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- 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;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

#### ***Познавательные УУД:***

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач; освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

#### ***Коммуникативные УУД:***

- умение 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; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

**Формы контроля:** тестовые задания (7- 15 мин); устный опрос (7-15 мин).

**Средства контроля и оценки результатов обучения:** Все тестовые задания оцениваются:

- правильный ответ – 1 балл;
- отсутствие ответа или неправильный ответ – 0 баллов

Критерии оценивания:

«3» - от 25% до 50% правильных ответов.

«4» - от 50% до 75% правильных ответов.

«5» - от 75% и более правильных ответов

#### **Оценка устных ответов обучающегося:**

**Ответ оценивается отметкой «5»,** если обучающийся:

- полно раскрыл содержание материала в объеме, предусмотренном программой и учебником;
- изложил материал грамотным языком в определенной логической последовательности, точно используя терминологию;
- показал умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации при выполнении практического задания;
- продемонстрировал усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость используемых при ответе умений и навыков;
- отвечал самостоятельно без наводящих вопросов учителя.

Возможны одна – две неточности при освещении второстепенных вопросов или выкладках, которые обучающийся легко исправил по замечанию учителя.

**Ответ оценивается отметкой «4»**, если: он удовлетворяет в основном требованиям на отметку «5», но при этом имеет один из недостатков:

- в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие общего содержания ответа;
- допущены один или два недочета при освещении содержания ответа, исправленные по замечанию учителя;
- допущена ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, легко исправленные по замечанию учителя.

**Отметка «3» ставится в следующих случаях:**

- неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения программного материала;
- имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, исправленные после нескольких вопросов;

## **Содержание учебного предмета**

### **5 класс**

#### **Модуль I. Безопасность человека в опасных ситуациях**

##### **Раздел I. Основы комплексной безопасности**

##### **Тема 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.

##### **Тема 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..

##### **Тема 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.

##### **Тема 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)

#### **Раздел 3. Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации**

##### **Тема 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение.**

Опасные ситуации социального 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..

## **Тема 6 . Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.**

Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения. Меры предосторожности при обнаружении взрывного устройства. Поведение человека при захвате его террористами в качестве заложника. Меры безопасности при освобождении заложников сотрудниками спецслужб. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

### **Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

#### **Раздел II. Основы здорового образа жизни.**

#### **Тема 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

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.

#### **Раздел III. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.**

#### **Тема 8. Первая медицинская 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 класс**

### **Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства**

#### **Раздел I. Основы комплексной безопасности**

#### **Тема 1. Подготовка к активному отдыху на природе**

Ориентирование на местности. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Определение необходимого снаряжения для похода. Определение места для бивака и организация бивачных работ.

#### **Тема 2. Активный отдых на природе и безопасность**

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе. Подготовка и обеспечение безопасности в пеших и горных походах, при проведении лыжных, велосипедных и водных походов.

#### **Тема 3. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности**

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных природных условиях. Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха различными видами транспорта.

#### **Тема 4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде**

Автономное существование человека в природных условиях. Добровольная и вынужденная автономия. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.

#### **Тема 5. Опасные ситуации в природных условиях**



Опасные погодные условия. Дикие животные и обеспечение безопасности при встрече с ними. Укусы насекомых и защита от них. Клебцовой энцефалит и его профилактика.

## **Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

### **Раздел II. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

#### **Тема 6. Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи**

Личная гигиена и оказание помощи в природных условиях. Первая медицинская помощь при травмах. Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах, при отморожении и ожоге. Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых.

### **Раздел III. Основы здорового образа жизни**

#### **Тема 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие**

Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Компьютер и его влияние на здоровье. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека. Наркомания и её отрицательные последствия для здоровья человека. Профилактика вредных привычек.

## **Тематическое планирование**

### **5 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Раздел/ тема урока</b>	<b>Количество часов</b>
	<b>Раздел. Безопасность человека в опасных ситуациях.</b>	
1	Человек, среда его обитания, безопасность человека. Город, как среда обитания	1
2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища	1
3	Безопасность в повседневной жизни. Тест	1
4	Опасные ситуации техногенного характера. Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения	1
5	Водитель. Велосипедист-водитель транспортного средства.	1
6	Пожарная безопасность. Безопасность на водоемах.	1
7	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	1
8	Опасные ситуации природного характера. Погодные явления и безопасность человека.	1
9	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	1
	<b>Раздел: Основы противодействия экстремизму и терроризму в РФ</b>	
10	Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение. Антиобщественное поведение и его опасность .	1
11	Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства. Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения	1
12	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности	1
	<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	
	<b>Раздел. Основы здорового образа жизни</b>	
13	Возрастные особенности развития человека и ЗОЖ. О здоровом образе жизни	1
14	Рациональное питание. Гигиена питания	1
15	Факторы, разрушающие здоровье Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.	1

	<b>Раздел. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b>	
16	Первая помощь и правила ее оказания Первая медицинская помощь при различных видах повреждений.	1
17	Оказание ПМП при вывихе, носовом кровотечении, при отравлениях.	1
<b>Всего</b>	<b>17 часов</b>	

*6 класс*

<b>№ п/п</b>	<b>Раздел/ Тема урока</b>	<b>Количество часов</b>
<b>Безопасность человека в природных условиях.</b>		
1	Подготовка к активному отдыху на природе. Природа и человек.	1
2	Ориентирование на местности. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.	1
3	Определение места для бивака и организация бивачных работ. Определение необходимого снаряжения для похода.	1
4	Активный отдых на природе и безопасность. Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе	1
5	Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности.	1
6	Подготовка и проведение лыжных походов.	1
7	Водные походы и обеспечение безопасности на воде. Велосипедные походы и безопасность туристов.	1
8	Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности. Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме.	1
9	Акклиматизация человека в различных климатических условиях. Акклиматизация в горной местности.	1
10	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.	1
11	Обеспечение личной безопасности на водном и воздушном транспорте.	1
12	«Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде». Автономное существование человека в природе	1
13	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.	1
<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</b>		
14	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи. Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях.	1
15	Оказание первой медицинской помощи при травмах Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге.	1
16	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека	1
17	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на	1

	здоровье человека. Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ	
<b>Итого</b>	<b>17 часов</b>	

## Материально-техническое обеспечение образовательной программы

### 1. Технические средства обучения:

- мультимедийный компьютер;
- мультимедиапроектор;
- экран настенный.

### 2. Средства индивидуальной защиты

- Средства защиты дыхания Ватно-марлевые повязки
- Противопылевые тканевые маски
- Противогазы
- Сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой помощи
- Бинт марлевый медицинский
- Шина
- Жгут кровоостанавливающий эластичный

### 3. Аудиовизуальные пособия:

- Учебные видеофильмы на цифровых носителях
- Средства индивидуальной защиты
- Средства коллективной защиты (убежища, укрытия, порядок устройства простейшего укрытия)
- Автономное существование человека в природных условиях ( оползни, сели, обвалы Ураганы, бури, смерчи)
- Наводнения
- Лесные и торфяные пожары
- Безопасность на улицах и дорогах
- Безопасность на воде
- Безопасность на природе
- Правила безопасного поведения в быту
- Поведение при ситуации криминогенного характера