Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение «Основная общеобразовательная школа № 14»

г. Сысерть

|  |
| --- |
| C:\Users\1\Pictures\2023-07-10\Сканировать10001.JPG |

**АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО КУРСА**

**«ОСНОВЫ БЕЗОПАСТНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

**5-9 класс**

**2023-2024 учебный год**

Учитель: Юркевич Е.Н.

Рассмотрено на заседании школьного методического объединения

Протокол №от «»20\_\_ г.

г. Сысерть 2023 г.

**Содержание**

|  |  |
| --- | --- |
|  Основы безопасности жизнедеятельности 6 класс | 10-14 стр. |
| Основы безопасности жизнедеятельности 7 класс | 15-19 стр.  |
| Основы безопасности жизнедеятельности 8 класс | 20-24 стр. |
| Основы безопасности жизнедеятельности 9 класс | 25-29 стр. |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |
|  |  |

|  |  |
| --- | --- |
| Основы безопасности жизнедеятельности 5 класс | 5-9 стр. |

**Пояснительная записка**

Программа учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе ФАООП УО (вариант 1 для обучающихся с легкой умственной отсталостью), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022 года № 1026, соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Программа составлена с учетом особенностей познавательной деятельности обучающихся с умственной отсталостью, характеристики детей обучающихся в данном классе.

Общей ***целью*** изучения предмета «ОБЖ» является формирование отношения к человеку и его здоровью как к ценности, выработка практических навыков безопасного поведения в окружающем мире.

 **Общие задачи учебного предмета включают:**

1. Формирование у детей способностей распознавать и оценивать опасные ситуации и вредные факторы среды обитания человека;
2. Освоение навыков здорового образа жизни;
3. Формирование основ знаний и умений по сохранению здоровья и защите жизни, по оказанию само- и взаимопомощи в случае опасности;
4. Усвоение учащимися правил и принципов безопасного поведения.

В программе обозначены два уровня умений: минимальный и достаточный.

Программа рассчитана на 1 год обучения, 34 часов (1 часа в неделю).

**Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета**

**Личностные результаты:**

1.Осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;

2.Формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

3.Овладение социально-бытовыми навыками, используемыми в повседневной жизни;

4.Владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;

5.Способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

6.Воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;

7.Развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания чувствам других людей.

**Предметные результаты 5 класс:**

Минимальный уровень:

1. Узнавать и называть изученные объекты на иллюстрациях, фотографиях;
2. Иметь представления о назначении объектов изучения;
3. Знать требования к режиму дня школьника и понимать необходимость его выполнения;
4. Знать основные правила личной гигиены;
5. Иметь представления об элементарных правилах безопасного поведения природе и обществе;
6. Составлять повествовательный или описательный рассказ из 3-5 предложений об изученных объектах по предложенному плану;
7. Адекватно взаимодействовать с изученными объектами окружающего мира в учебных ситуациях;
8. Адекватно вести себя в классе, в школе, на улице в условиях реальной или смоделированной учителем ситуации.

**Достаточный уровень:**

1. Узнавать и называть изученные объекты в натуральном виде в естественных условиях;
2. Знать некоторые правила безопасного поведения в природе и обществе с учетом возрастных особенностей;
3. Проявлять интерес, активность и самостоятельность в работе на уроке;
4. Отвечать и задавать вопросы учителя по содержанию изученного, проявлять желание рассказать о предмете изучения или наблюдения, заинтересовавшем объекте;
5. Совершать действия по соблюдению санитарно-гигиенических норм;
6. Выполнять доступные природоохранительные действия;
7. Быть готовыми к использованию сформированных умений при решении учебных, учебно-бытовых и учебно-трудовых задач в объеме программы.

**Предметные результаты 6 класс :**

Минимальный уровень:

1. Узнавать и называть изученные объекты на иллюстрациях, фотографиях;
2. Иметь представления о назначении объектов изучения;
3. Знать требования к режиму дня школьника и понимать необходимость его выполнения;
4. Знать основные правила личной гигиены;
5. Иметь представления об элементарных правилах безопасного поведения природе и обществе;
6. Составлять повествовательный или описательный рассказ из 3-5 предложений об изученных объектах по предложенному плану;
7. Адекватно взаимодействовать с изученными объектами окружающего мира в учебных ситуациях;
8. Адекватно вести себя в классе, в школе, на улице в условиях реальной или смоделированной учителем ситуации.

**Достаточный уровень:**

1. Узнавать и называть изученные объекты в натуральном виде в естественных условиях;
2. Знать некоторые правила безопасного поведения в природе и обществе с учетом возрастных особенностей;
3. Проявлять интерес, активность и самостоятельность в работе на уроке;
4. Отвечать и задавать вопросы учителя по содержанию изученного, проявлять желание рассказать о предмете изучения или наблюдения, заинтересовавшем объекте;
5. Совершать действия по соблюдению санитарно-гигиенических норм;
6. Выполнять доступные природоохранительные действия;
7. Быть готовыми к использованию сформированных умений при решении учебных, учебно-бытовых и учебно-трудовых задач в объеме программы.

**Содержание учебного предмета.**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Тема (тематические блоки/модули)** | **Основное содержание** | **Основные виды деятельности** |
| **Предлагаются всем обучающимся** | **Предлагаются дифференцированно по микрогруппам** |
| Формирование культурно-гигиенических навыков, питание | Что такое гигиена человека?Правильное питание, Начальные сведения о вредных привычках, влияние курения на организм, активное и пассивное курение, профилактика простудных и вирусных заболеваний, профилактика гриппа. | Получают понятие о физических нагрузках, правилах закаливания и гигиене тела. Составляют рассказ о собственном закаливании организма и соблюдении правил гигиены в течение дня.Знакомятся с основами ЗОЖ и профилактики многих заболеванийИзучают калорийность продуктовИзучают значение белков, жиров и углеводовИзучают гигиенические требованию к питаниюПолучают первичные знания о вреде сигарет, наркотиков и алкоголя. Правила профилактики простудных и вирусных заболеваний, отвечают на уроке, записывают в тетрадь, в конце пишут итоговый тест. | Получают понятие о физических нагрузках, правилах закаливания и гигиене тела. Знакомятся с основами ЗОЖ и профилактики многих заболеваний, получают знания о калорийности продуктов, значения белков, жиров и углеводов.Получают первичные знания о вреде сигарет, наркотиков и алкоголя, с помощью учителя отвечают на уроке, записывают в тетрадь, в конце пишут итоговый тест. |
| Пожарная безопасность. | Пожар в доме, первая помощь при отравлении продуктами горения | Изучают причины возникновения пожаров в жилище, правила пожарной безопасности в жилище, правила поведения при пожаре в жилище, как соблюдать правила пожарной безопасности в доме, называют телефон пожарной охраны, знакомятся с правилами пользования огнетушителем, тушить незначительное возгорание с помощью подручных средств, оказать первую помощь пострадавшему при пожаре, отвечают на уроке, записывают в тетрадь, в конце пишут итоговый тест. | Изучают причины возникновения пожара в жилище, повторяют действия при эвакуации, выбирают наиболее доступные средства тушения огня, знакомятся со специальными средствами пожаротушения, с помощью учителя отвечают на уроке, записывают в тетрадь, в конце пишут итоговый тест. |
| Опасные ситуации на дорогах, в транспорте. | Железнодорожный транспорт, безопасность в метро, сигналы светофора и дорожные знаки, правила для пешехода, обобщающий урок по ППД | Изучают виды подвижного состава железных дорог, опасности, которые представляет железная дорога, основные правила при нахождении около железнодорожных путей, основные правила безопасного пользования железнодорожным транспортом, выполнять требования безопасности при нахождении на платформе, соблюдать правила безопасного поведения в поезде, Изучают опасности которые представляет метро, основные правила пользования метрополитеном для пассажиров, соблюдать правила безопасного пользования метрополитеном, Закрепляют знания учащихся о регулировании дорожного движения, знакомятся с историей возникновения правил дорожного движения, развивают умение распознавать дорожные знаки, развивают мышление, память, внимание, воспитывать общую культуру поведения на улице, отвечают на уроке, записывают в тетрадь, в конце пишут итоговый тест. | Изучают виды подвижного состава железных дорог, опасности, которые представляет железная дорога, основные правила при нахождении около железнодорожных путей, основные правила безопасного пользования на железной дороге. Изучают опасности, которые представляет метро, основные правила пользования метрополитеном для пассажиров, соблюдать правила безопасного пользования метрополитеном, Запоминают правильные алгоритмы безопасного поведения на дорогах пешехода, пассажира,записывают основные понятия в тетрадях, Выполняют задание упрощенное о регулировании дорожного движения, знакомятся с историей возникновения правил дорожного движения, развивают умение распознавать дорожные знаки, развивают мышление, память, внимание, воспитывать общую культуру поведения на улице, с помощью учителя отвечают на уроке, записывают в тетрадь, в конце пишут итоговый тест. |
| Оказание первой помощи пострадавшему. | Первая помощь при отравлении продуктами горения, первая помощь при укусе клеща, первая помощь при утоплении | Знакомятся с правилами оказания первой помощи пострадавшему при пожаре, при укусе клеща, при солнечном или тепловом ударе, при утоплении, пробуют на практике оказывать помощь, отвечают на уроке, записывают в тетрадь, в конце пишут итоговый тест.  | Знакомятся с правилами оказания первой помощи пострадавшему при пожаре, при укусе клеща, при солнечном или тепловом ударе, при утоплении, пробуют на практике оказывать помощь, с помощью учителя отвечают на уроке, записывают в тетрадь, в конце пишут итоговый тест. |
| Опасные ситуации криминогенного (преступного) характера. | Телефонный терроризм – преступление, безопасность на новогодних праздниках и летних каникулах, опасность толпы, как не стать жертвой преступления | Изучают правила поведения при телефонном терроризме, составляют совместно с учителем алгоритм действия при данном виде терроризма, изучают правила поведения во время массовых мероприятий, записывают правила поведения отвечают на вопросы, разбирают и анализируют поведения учащихся на улице, формирование представления учащихся о безопасном поведении, выработка и закрепление правил безопасного поведения, воспитание  активной гражданской позиции, самостоятельности, отвечают на уроке, записывают в тетрадь, в конце пишут итоговый тест. | Изучают правила поведения при телефонном терроризме, составляют совместно с учителем алгоритм действия при данном виде терроризма, изучают правила поведения во время массовых мероприятий, записывают правила поведения отвечают на вопросы, разбирают и анализируют поведения учащихся на улице, формирование представления учащихся о безопасном поведении, выработка и закрепление правил безопасного поведения, воспитание  активной гражданской позиции, самостоятельности, с помощью учителя отвечают на уроке, записывают в тетрадь, в конце пишут итоговый тест. |
| Правила существования и выживания в экстремальных условиях. | Правила поведения летом на водоёмах, замёрзшие водоёмы, правила эвакуации | Запоминают правила при купании летом, безопасного загара, спасения тонущего человека, оказания первой помощи спасённому человеку, Изучают правила поведения на льду, правила оказания первой помощи, как правильно переходить замёрзшие водоёмы, изучают систему оповещения населения в условиях ЧС и этапы организации эвакуации населения, анализируют способы оповещения и эвакуации населения в городской и сельской местности в условиях ЧС. Определяют свои действия при сигнале об эвакуация населения. отвечают на уроке, записывают в тетрадь, в конце пишут итоговый тест. | Запоминают правила при купании летом, безопасного загара, спасения тонущего человека, оказания первой помощи спасённому человеку, Изучают правила поведения на льду, правила оказания первой помощи, как правильно переходить замёрзшие водоёмы, изучают систему оповещения населения в условиях ЧС и этапы организации эвакуации населения, анализируют способы оповещения и эвакуации населения в городской и сельской местности в условиях ЧС. Определяют свои действия при сигнале об эвакуация населения, с помощью учителя отвечают на уроке, записывают в тетрадь, в конце пишут итоговый тест. |

**3. 1. Календарно- тематическое планирование 5 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | **Дата** |
| **1** | Вводный инструктаж. Разделы которые будем изучать. Что такое ОБЖ? | 1 |  |
| **2** | Что такое гигиена человека? | 1 |  |
| **3** | Правильное питание | 1 |  |
| **4** | Телевизор в доме | 1 |  |
| **5** |  Газ в доме | 1 |  |
| **6**  | Пожар в доме | 1 |  |
| **7** | Первая помощь при отравлении продуктами горения | 1 |  |
| **8** | Безопасность в метро | 1 |  |
| **9**  | Железнодорожный транспорт | 1 |  |
| **10** | Безопасное обращение с животными | 1 |  |
| **11** | Начальные сведения о вредных привычках | 1 |  |
| **12** | Влияние курения на организм. Активное и пассивное курение | 1 |  |
| **13** | Ориентирование в лесу | 1 |  |
| **14** | Правила катания с горок | 1 |  |
| **15** | Телефонный терроризм – преступление | 1 |  |
| **16** | Профилактика простудных и вирусных заболеваний | 1 |  |
| **17** | Профилактика гриппа | 1 |  |
| **18** | Безопасность на Новогодних праздниках | 1 |  |
| **19** | Опасность толпы | 1 |  |
| **20** | Замёрзшие водоёмы | 1 |  |
| **21** | Гражданская оборона в школе | 1 |  |
| **22** | Контрольная работа | 1 |  |
| **23** | Правила эвакуации | 1 |  |
| **24** | Правила для пешехода | 1 |  |
| **25** | Сигналы светофора и дорожные знаки | 1 |  |
| **26** | Обобщающий урок по ППД | 1 |  |
| **27** | Как не стать жертвой преступления | 1 |  |
| **28** | Безопасное обращение с острыми предметами | 1 |  |
| **29** | Клещевой энцефалит | 1 |  |
| **30** | Первая помощь при укусе клеща | 1 |  |
| **31** | Правила поведения летом на водоёмах | 1 |  |
| **32** | Первая помощь при утоплении | 1 |  |
| **33** | Контрольная работа | 1 |  |
| **34** | Безопасность во время летних каникул | 1 |  |

**3.2. Календарно- тематическое планирование 6 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | **Дата** |
| **1** | Вводный инструктаж. Разделы которые будем изучать. Что такое ОБЖ? | 1 |  |
| **2** | Что такое гигиена человека? | 1 |  |
| **3** | Правильное питание | 1 |  |
| **4** | Телевизор в доме | 1 |  |
| **5** |  Газ в доме | 1 |  |
| **6**  | Пожар в доме | 1 |  |
| **7** | Первая помощь при отравлении продуктами горения | 1 |  |
| **8** | Безопасность в метро | 1 |  |
| **9**  | Железнодорожный транспорт | 1 |  |
| **10** | Безопасное обращение с животными | 1 |  |
| **11** | Начальные сведения о вредных привычках | 1 |  |
| **12** | Влияние курения на организм. Активное и пассивное курение | 1 |  |
| **13** | Ориентирование в лесу | 1 |  |
| **14** | Правила катания с горок | 1 |  |
| **15** | Телефонный терроризм – преступление | 1 |  |
| **16** | Профилактика простудных и вирусных заболеваний | 1 |  |
| **17** | Профилактика гриппа | 1 |  |
| **18** | Безопасность на Новогодних праздниках | 1 |  |
| **19** | Опасность толпы | 1 |  |
| **20** | Замёрзшие водоёмы | 1 |  |
| **21** | Гражданская оборона в школе | 1 |  |
| **22** | Контрольная работа | 1 |  |
| **23** | Правила эвакуации | 1 |  |
| **24** | Правила для пешехода | 1 |  |
| **25** | Сигналы светофора и дорожные знаки | 1 |  |
| **26** | Обобщающий урок по ППД | 1 |  |
| **27** | Как не стать жертвой преступления | 1 |  |
| **28** | Безопасное обращение с острыми предметами | 1 |  |
| **29** | Клещевой энцефалит | 1 |  |
| **30** | Первая помощь при укусе клеща | 1 |  |
| **31** | Правила поведения летом на водоёмах | 1 |  |
| **32** | Первая помощь при утоплении | 1 |  |
| **33** | Контрольная работа | 1 |  |
| **34** | Безопасность во время летних каникул | 1 |  |

**3.3. Календарно - тематическое планирование 7 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | **Дата** |
| **1** | Вводный инструктаж. Разделы которые будем изучать. Что такое ОБЖ? | 1 |  |
| **2** | Что такое гигиена человека? | 1 |  |
| **3** | Правильное питание | 1 |  |
| **4** | Бытовая техника в доме | 1 |  |
| **5** |  Газ в доме | 1 |  |
| **6**  | Пожар в доме | 1 |  |
| **7** | Первая помощь при отравлении продуктами горения | 1 |  |
| **8** | Безопасность в метро | 1 |  |
| **9**  | Железнодорожный транспорт | 1 |  |
| **10** | Безопасное обращение с животными | 1 |  |
| **11** | Опасность вредных привычек, виды зависимостей | 1 |  |
| **12** | Влияние вредных привычек на организм человека | 1 |  |
| **13** | Понятие ВИЧ, СПИД | 1 |  |
| **14** | Что такое преступление? Виды ответственности несовершеннолетних | 1 |  |
| **15** | Телефонный терроризм – преступление | 1 |  |
| **16** | Профилактика простудных и вирусных заболеваний | 1 |  |
| **17** | Профилактика гриппа | 1 |  |
| **18** | Безопасность на Новогодних праздниках | 1 |  |
| **19** | Опасность толпы | 1 |  |
| **20** | Замёрзшие водоёмы | 1 |  |
| **21** | Гражданская оборона в школе | 1 |  |
| **22** | Контрольная работа | 1 |  |
| **23** | Правила эвакуации | 1 |  |
| **24** | Правила для пешехода | 1 |  |
| **25** | Сигналы светофора и дорожные знаки | 1 |  |
| **26** | Обобщающий урок по ППД | 1 |  |
| **27** | Как не стать жертвой преступления | 1 |  |
| **28** | Безопасное обращение с острыми предметами | 1 |  |
| **29** | Клещевой энцефалит | 1 |  |
| **30** | Первая помощь при укусе клеща | 1 |  |
| **31** | Правила поведения летом на водоёмах | 1 |  |
| **32** | Первая помощь при утоплении | 1 |  |
| **33** | Контрольная работа | 1 |  |
| **34** | Безопасность во время летних каникул | 1 |  |

**3.4. Календарно - тематическое планирование 8 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | **Дата** |
| **1** | Вводный инструктаж. Разделы которые будем изучать. Что такое ОБЖ? | 1 |  |
| **2** | Что такое гигиена человека? | 1 |  |
| **3** | Правильное питание | 1 |  |
| **4** | Бытовая техника в доме | 1 |  |
| **5** |  Газ в доме | 1 |  |
| **6**  | Пожар в доме | 1 |  |
| **7** | Первая помощь при отравлении продуктами горения | 1 |  |
| **8** | Безопасность в метро | 1 |  |
| **9**  | Железнодорожный транспорт | 1 |  |
| **10** | Безопасное обращение с животными | 1 |  |
| **11** | Опасность вредных привычек, виды зависимостей | 1 |  |
| **12** | Влияние вредных привычек на организм человека | 1 |  |
| **13** | Понятие ВИЧ, СПИД | 1 |  |
| **14** | Что такое преступление? Виды ответственности несовершеннолетних | 1 |  |
| **15** | Телефонный терроризм – преступление | 1 |  |
| **16** | Профилактика простудных и вирусных заболеваний | 1 |  |
| **17** | Профилактика гриппа | 1 |  |
| **18** | Безопасность на Новогодних праздниках | 1 |  |
| **19** | Опасность толпы | 1 |  |
| **20** | Замёрзшие водоёмы | 1 |  |
| **21** | Гражданская оборона в школе | 1 |  |
| **22** | Контрольная работа | 1 |  |
| **23** | Правила эвакуации | 1 |  |
| **24** | Правила для пешехода | 1 |  |
| **25** | Сигналы светофора и дорожные знаки | 1 |  |
| **26** | Обобщающий урок по ППД | 1 |  |
| **27** | Как не стать жертвой преступления | 1 |  |
| **28** | Безопасное обращение с острыми предметами | 1 |  |
| **29** | Клещевой энцефалит | 1 |  |
| **30** | Первая помощь при укусе клеща | 1 |  |
| **31** | Правила поведения летом на водоёмах | 1 |  |
| **32** | Первая помощь при утоплении | 1 |  |
| **33** | Контрольная работа | 1 |  |
| **34** | Безопасность во время летних каникул | 1 |  |

**3.5. Календарно - тематическое планирование 9 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** |  |
| **1** | Вводный инструктаж. Разделы которые будем изучать. Что такое ОБЖ? | 1 |  |
| **2** | Что такое гигиена человека? | 1 |  |
| **2** | Что такое гигиена человека? | 1 |  |
| **3** | Правильное питание | 1 |  |
| **3** | Правильное питание | 1 |  |
| **4** | Бытовая техника в доме | 1 |  |
| **5** |  Газ в доме | 1 |  |
| **6**  | Пожар в доме | 1 |  |
| **7** | Первая помощь при отравлении продуктами горения | 1 |  |
| **8** | Безопасность в метро | 1 |  |
| **9**  | Железнодорожный транспорт | 1 |  |
| **10** | Безопасное обращение с животными | 1 |  |
| **11** | Опасность вредных привычек, виды зависимостей | 1 |  |
| **12** | Влияние вредных привычек на организм человека | 1 |  |
| **13** | Понятие ВИЧ, СПИД | 1 |  |
| **14** | Что такое преступление? Виды ответственности несовершеннолетних | 1 |  |
| **15** | Телефонный терроризм – преступление | 1 |  |
| **16** | Профилактика простудных и вирусных заболеваний | 1 |  |
| **17** | Профилактика гриппа | 1 |  |
| **18** | Безопасность на Новогодних праздниках | 1 |  |
| **19** | Опасность толпы | 1 |  |
| **20** | Замёрзшие водоёмы | 1 |  |
| **21** | Гражданская оборона в школе | 1 |  |
| **22** | Контрольная работа | 1 |  |
| **23** | Правила эвакуации | 1 |  |
| **24** | Правила для пешехода | 1 |  |
| **25** | Сигналы светофора и дорожные знаки | 1 |  |
| **26** | Обобщающий урок по ППД | 1 |  |
| **27** | Как не стать жертвой преступления | 1 |  |
| **28** | Безопасное обращение с острыми предметами | 1 |  |
| **29** | Клещевой энцефалит | 1 |  |
| **30** | Первая помощь при укусе клеща | 1 |  |
| **31** | Правила поведения летом на водоёмах | 1 |  |
| **32** | Первая помощь при утоплении | 1 |  |
| **33** | Контрольная работа | 1 |  |
| **34** | Безопасность во время летних каникул | 1 |  |