


Министерство просвещения Российской Федерации  
Комитет образования и науки Курской области  
Администрация Октябрьского района Курской области  
муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Старковская средняя общеобразовательная школа»  
Октябрьского района Курской области

РАССМОТРЕНА  
на заседании МО  
предметов гуманитарного  
цикла  
Протокол № 1  
от «31» августа 2022 г.

 Кондратьев А.В.

УТВЕРЖДЕНА  
на заседании  
педагогического совета  
Протокол №1  
от «31» августа 2022 г.

ВВЕДЕНА В ДЕЙСТВИЕ  
приказом № 20-о  
от «01» сентября 2022 г.  
 В.И. Фотьянова



**АДАптированная РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
учебного предмета  
**«Основы Безопасности Жизнедеятельности»**  
  
для 5 класса

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная рабочая программа по ОБЖ составлена на основе:

- Закона Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014г. № 1599

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 10.07.2015 N 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья" (вместе с "СанПиН 2.4.2.3286-15. Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы...") (Зарегистрировано в Минюсте России 14.08.2015 N 38528);

**Цель** – формирования у учащихся основных понятий об опасных и чрезвычайных ситуациях в повседневной жизни, об их последствиях для здоровья и жизни человека, 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.

Адаптированная рабочая программа по ОБЖ указывает в качестве приоритетного личностно-ориентированное, развивающее обучение, способствующее не только предметной подготовке, но и индивидуальному развитию ребёнка, становлению социального опыта и коррекции личности с учётом его индивидуальных и возрастных особенностей на всех этапах обучения.

### **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;

– формировать у учащихся антиэкстремистское и антитеррористическое поведение, отрицательное отношение к приёму психоактивных веществ.

Особенности построения содержания образовательной программы.

Требования к предметным результатам обучающихся с ОВЗ в части итоговых достижений к моменту завершения обучения на уровне основного общего образования полностью соответствуют требованиям к предметным результатам для обучающихся по основной образовательной программе, не имеющих ограничений по возможностям здоровья.

Для обучающихся с ОВЗ необходим дифференцированный подход к отбору содержания программ учебных предметов с учетом особых образовательных потребностей и возможностей обучающегося. Объем знаний и умений по учебным предметам несущественно сокращается за счет устранения избыточных по отношению к основному содержанию требований.

Тематическое планирование по учебным предметам адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования обучающихся с ЗПР совпадает с соответствующим разделом примерной основной образовательной программы основного общего образования и рабочими программами тех УМК, по которым ведется обучение в образовательной организации.

Данный курс «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в 5 классах. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования относит ОБЖ к обязательному учебному предмету, входящему в учебный план основного общего образования. Базисный учебный план отводит для изучения ОБЖ 34 часа (т. е. 1 час в неделю) в каждом классе.

## II. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Занятия ОБЖ способствуют решению таких задач обучения, как: развитие речи, чтения, письма, орфографии, грамматики, развитие словарного запаса, понимание речи, привитие навыков самообслуживания, воспитание культуры в общении с окружающими. Уроки ОБЖ позволяют устранить некоторые страхи, снизить агрессивность, воспитывают высшие эмоции (ответственность, взаимовыручка, сочувствие, эмпатия), учат ребенка действовать как индивидуально, так и в коллективе, что немаловажно для развития личности учащегося с нарушением интеллекта и его адаптации в обществе.

На уроках применяются следующие формы обучения и проведения занятий: групповая, коллективная, парная работа, моделирование ситуаций. Большое внимание уделяется организации различных видов практической деятельности, благодаря которой дети приобретают жизненно важный опыт. Для ребенка с нарушением интеллекта необходимо многократное повторение одних и тех же знаний и навыков для лучшего их усвоения.

Содержание программы выстроено по следующим линиям:

- здоровый образ жизни;
- формирование социального поведения;
- чрезвычайные ситуации;
- окружающая среда;
- основы медицинских знаний.

Эти линии пересекаются в различных разделах программы. Например, формирование медицинских знаний присутствует в разделе о здоровом образе жизни и поведении при чрезвычайных ситуациях.

Представленная программа по ОБЖ способствует достижению основной цели инклюзивного образования: преодолению социальных, физиологических и психологических барьеров на пути приобщения ребенка с ОВЗ к общему образованию, введение в его в культуру, приобщение к жизни в социуме.

### III. ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Предмет ОБЖ характеризуется множественными межпредметными связями с такими предметами, как чтение, русский язык, развитие речи, знакомство с окружающим миром, трудом, физической культурой, социально-бытовой ориентировкой. ОБЖ включает в себя как обучение основам безопасного поведения, так и развитие, закрепление, систематизация пройденного материала, коррекция поведения, навыков самообслуживания, социальных навыков.

Для детей с нарушением интеллекта в учебном плане 1 час в неделю для занятий ОБЖ (всего 34 часа в год). Программа может быть скорректирована в зависимости от успешности освоения. Программа включает и совместные занятия учащихся с умственной отсталостью со сверстниками с нормой развития. В зависимости от поведения детей количество этих занятий может быть увеличено.

В программе отражены принципы общей и коррекционной педагогики:

- принцип системности реализуется в программе благодаря системе повторения усвоенных навыков, опоры на уже имеющиеся знания и умения, что обеспечивает поступательное психическое развитие;
- принцип развития предполагает выделение в процессе коррекционной работы тех задач, которые находятся в зоне ближайшего развития ребенка;
- принцип комплексности предполагает, что устранение психических нарушений должно носить медико-психолого-педагогический характер, т.е. опираться на взаимосвязь всех специалистов школы. Программа предусматривает взаимодействие действий всех специалистов детского учреждения;
- принцип доступности предполагает построение обучения школьников с нарушением интеллекта на уровне их реальных познавательных возможностей. Конкретность и доступность обеспечиваются грамотным подбором коррекционно-развивающих пособий в соответствии с санитарно-гигиеническими и возрастными нормами;
- принцип последовательности и концентричности усвоения знаний предполагает такой подбор материала, когда между составными частями его существует логическая связь, последующие задания опираются на предыдущие.

Основными методами обучения на уроках ОБЖ являются: слово учителя, беседа, практическая деятельность детей, показ действий. Учитывая особенности психического развития учащихся с нарушением интеллекта, в программе предлагается использовать наглядные пособия, презентации, дидактические, сюжетно-ролевые и подвижные игры, упражнения на релаксацию. Большое значение для обучения и развития учащихся коррекционных классов имеет взаимодействие со сверстниками с нормой развития. В программе это взаимодействие представлено в форме совместных занятий, на которых умственно отсталые дети получают навыки общения друг с другом, что подготавливает их к дальнейшей жизни в социуме.

Результаты обучения учащихся оцениваются в форме опроса, теста и выставлением итоговых отметок за четверть и за год.

## **IV. ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

### **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 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 личного 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, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

### **Предметные результаты:**

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;

- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- 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 образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

## V. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

**Модуль № 1 «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»:** цель и задачи учебного предмета ОБЖ, его ключевые понятия и значение для человека;

смысл понятий «опасность», «безопасность», «риск», «культура безопасности жизнедеятельности»; источники и факторы опасности, их классификация; общие принципы безопасного поведения;

виды чрезвычайных ситуаций, сходство и различия опасной, экстремальной и чрезвычайной

ситуаций; уровни взаимодействия человека и окружающей среды;

механизм перерастания повседневной ситуации в чрезвычайную ситуацию, правила поведения в

опасных и чрезвычайных ситуациях.

**Модуль № 2 «Здоровье и как его сохранить.** смысл понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни», их содержание и значение для человека; факторы, влияющие на здоровье человека, опасность вредных привычек; элементы здорового образа жизни, ответственность за сохранение здоровья; понятие «инфекционные заболевания», причины их возникновения;

механизм распространения инфекционных заболеваний, меры их профилактики и защиты от них; порядок действий при возникновении чрезвычайных ситуаций биолого-социального

происхождения (эпидемия, пандемия); мероприятия, проводимые государством по обеспечению безопасности населения при угрозе и во

время чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения;

понятие «неинфекционные заболевания» и их классификация, факторы риска неинфекционных заболеваний;

меры профилактики неинфекционных заболеваний и защиты от них; диспансеризация и её задачи;

понятие «первая помощь» и обязанность по её оказанию, универсальный алгоритм оказания первой помощи; назначение и состав аптечки первой помощи;

порядок действий при оказании первой помощи в различных ситуациях, приёмы психологической поддержки пострадавшего.

**Модуль № 3 «Безопасность на транспорте»:**

правила дорожного движения и их значение, условия обеспечения безопасности участников дорожного движения; правила дорожного движения и дорожные знаки для пешеходов; «дорожные ловушки» и правила их предупреждения; световозвращающие элементы и правила их применения;

правила дорожного движения для пассажиров;

обязанности пассажиров маршрутных транспортных средств, ремень безопасности и правила его применения; порядок действий пассажиров при различных происшествиях в маршрутных транспортных средствах, в том числе вызванных террористическим актом; правила поведения пассажира мотоцикла;

правила дорожного движения для водителя велосипеда и иных индивидуальных средств передвижения (электросамокаты, гироскутеры, моноколёса, сигвеи и т. п.), правила безопасного использования мототранспорта (мопедов и мотоциклов); дорожные знаки для водителя велосипеда, сигналы велосипедиста;

правила подготовки велосипеда к пользованию;



**Модуль № 4 «Безопасность в быту»:** основные источники опасности в быту и их классификация; защита прав потребителя, сроки годности и состав продуктов питания;

бытовые отравления и причины их возникновения, классификация ядовитых веществ и их опасности; признаки отравления, приёмы и правила оказания первой помощи; правила комплектования и хранения домашней аптечки;

бытовые травмы и правила их предупреждения, приёмы и правила оказания первой помощи; правила обращения с газовыми и электрическими приборами, приёмы и правила оказания первой помощи; правила поведения в подъезде и лифте, а также при входе и выходе из них; пожар и факторы его развития;

условия и причины возникновения пожаров, их возможные последствия, приёмы и правила оказания первой помощи; первичные средства пожаротушения;

правила вызова экстренных служб и порядок взаимодействия с ними, ответственность за ложные сообщения; права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности; ситуации криминального характера, правила поведения с малознакомыми людьми;

меры по предотвращению проникновения злоумышленников в дом, правила поведения при попытке проникновения в дом посторонних; классификация аварийных ситуаций в коммунальных системах жизнеобеспечения;

правила подготовки к возможным авариям на коммунальных системах, порядок действий при авариях на коммунальных системах.

#### **Модуль № 5 «Безопасность в социуме»**

общественные места и их характеристики, потенциальные источники опасности в общественных местах; правила вызова экстренных служб и порядок взаимодействия с ними;

массовые мероприятия и правила подготовки к ним, оборудование мест массового пребывания людей; порядок действий при беспорядках в местах массового пребывания людей; порядок действий при попадании в толпу и давку;

порядок действий при обнаружении угрозы возникновения пожара; порядок действий при эвакуации из общественных мест и зданий;

опасности криминогенного и антиобщественного характера в общественных местах, порядок действий при их возникновении; порядок действий при обнаружении бесхозных (потенциально опасных) вещей и предметов, а также в условиях совершения террористического акта, в том числе при захвате и освобождении заложников; порядок действий при взаимодействии с правоохранительными органами.

#### **Модуль №6. «Основы противодействия экстремизму и терроризму»**

Что такое экстремизм; Терроризм. Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта

#### **Модуль №7. «Безопасность в информационном пространстве»**

Информационная среда. Безопасное использование информационных ресурсов.

#### **Модуль №8. «Безопасность в природной среде»**

чрезвычайные ситуации природного характера и их классификация;

правила поведения, необходимые для снижения риска встречи с дикими животными, порядок действий при встрече с ними; порядок действий при укусах диких животных, змей, пауков, клещей и насекомых;

различия съедобных и ядовитых грибов и растений, правила поведения, необходимые для снижения риска отравления ядовитыми грибами и растениями; автономные условия, их особенности и опасности, правила подготовки к длительному автономному существованию;

порядок действий при автономном существовании в природной среде; правила ориентирования на местности, способы подачи сигналов бедствия;

общие правила безопасного поведения на водоёмах, правила купания в подготовленных и неподготовленных местах; порядок действий при обнаружении тонущего человека; правила поведения при нахождении на плавсредствах;

правила поведения при нахождении на льду, порядок действий при обнаружении человека в полынье.

### **Модуль №9. «Безопасность в чрезвычайных ситуациях техногенного характера»**

Химические производства и связанные с ними опасности. Ядерные объекты и их опасности.

Гидротехнические сооружения и их опасности.

### **Модуль №10. «Основы медицинских знаний»**

Основные правила оказания первой помощи при чрезвычайных ситуациях, при ожоге, при отравлениях, при травмах.

## VI. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

### 5 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Учет РП воспитания	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Опасности в жизни человека	1	Международный день распространения грамотности	Знакомство с учебником.
2	Основные правила безопасного поведения в различных ситуациях	1		
3	Разновидности чрезвычайных ситуаций	1	День работника школьного образования	Слушание объяснений учителя.
4	Стартовая контрольная работа	1		
5	Что такое здоровье и здоровый образ жизни. Как сохранить здоровье	1	Международный день пожилых людей	Слушание и анализ выступлений своих товарищей.
6	Контрольная работа за 1 четверть.	1		
7	Личная гигиена	1		Выполнение письменных заданий.
8	Предупреждение вредных привычек	1	День отца в России	
9	Основные правила здорового образа жизни	1		Просмотр видео.
10	Правила поведения для пешеходов	1	День народного единства	
11	Правила поведения для пассажиров	1		Анализ деятельности правителей.
12	Если вы водитель велосипеда	1	День Неизвестного Солдата	
13	Контрольная работа за 2 четверть	1		Составление биографий.
14	Среда обитания человека. Службы, которые всегда приходят на помощь	1		
15	Основные правила безопасности на улице	1		Работа по карточкам.
16	Безопасность дома	1	День Героев Отечества	
17	Безопасность в подъезде и на игровой площадке	1		Выполнение тестов.
18	Как вести себя при пожаре	1	День российского студенчества	
19	Как избежать контактов со злоумышленниками и преступной средой	1		Работа с раздаточным материалом.
20	Советы на всю жизнь	1		
21	Что такое экстремизм	1	День российской науки	Самостоятельная работа с учебником.
22	Терроризм – крайняя форма экстремизма	1		
23	Правила безопасного поведения при угрозе или совершении террористического акта	1	200 лет со дня рождения Константина	

			Дмитриевича Ушинского	Работа с научно-популярной литературой.
24	Контрольная работа за 3 четверть	1		
25	Что такое информационная среда. Безопасное использование информационных ресурсов	1	День космонавтики, 65 лет со дня запуска СССР первого искусственного спутника Земли	Отбор и сравнение материала по нескольким источникам.
26	Как погодные условия могут влиять на безопасность человека.	1		
27	Безопасное поведение на водоёмах при различных погодных условиях	1	День памяти о геноциде советского народа нацистами и их пособниками в годы Великой Отечественной Войны	Написание небольших сообщений (с помощью учителя). Работа с текстом учебника.
28	Стихийные бедствия и их опасности	1		
29	Химические производства и связанные с ними опасности	1	День российского парламентаризма	Индивидуальная работа.
30	Ядерные объекты и их опасности	1		Работа с таблицами.
31	Гидротехнические сооружения и их опасности	1	Праздник Весны и Труда	
32	Основные правила оказания первой помощи. Первая помощь при ожоге, отравлении	1		Выполнение заданий по разграничению понятий.
33	Первая помощь при травмах, при чрезвычайных ситуациях	1		
34	Промежуточная аттестация за курс 5 класса (контрольная работа)	1		
		34 ч.		

## **VII. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Эффективность преподавания во многом зависит не только от содержания учебного материала, но и от условий обучения. Одним из важнейших факторов совершенствования учебно-воспитательного процесса является кабинетная система. Кабинет соответствует следующим требованиям по санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам:

- Количество рабочих мест для обучающихся соответствует вместимости кабинета.

- Каждый обучающийся обеспечен рабочим местом.

- Для подбора учебной мебели соответственно росту обучающихся производится ее цветовая маркировка

- Ученическая мебель изготовлена из материалов безвредных для здоровья детей и соответствует ростовозрастным особенностям детей и требованиям эргономики

- При оборудовании учебных помещений соблюдаются размеры проходов и расстояния

- Кабинет имеет естественное освещение в соответствии с гигиеническими требованиями к естественному, искусственному, совмещенному освещению.

- В кабинете используется ТСО: ноутбук, проектор

### **Программа обеспечивается учебником:**

«Основы безопасности жизнедеятельности 5 класс» под общей редакцией С.Н. Егорова. -/ Б.О. Хренников, Н.В. Гололобов, Л.И. Льяная, М.В. Маслов – М. : Просвещение, 2021.