

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Ленинградской области
«Сланцевская школа-интернат, реализующая адаптированные образовательные программы»
(ГБОУ ЛО «Сланцевская школа-интернат»)

ОДОБРЕНА
МО школы
пр.№ 1 от 30.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНА
Распоряжением директора ГБОУ ЛО «Сланцевская
школа-интернат»
от 01.09.2023 г. № 51

**Рабочая программа общего образования
обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)**

вариант 1

«Основы безопасности жизнедеятельности»

5-9 классы

Разработана:
Сергеевой Л.И., учителем

2023 г.
г.Сланцы

Пояснительная записка

Рабочая программа предмета, реализуемого учреждением ГБОУ ЛО «Сланцевская школа-интернат» в части, формируемой участниками образовательных отношений для 5-9 классов разработана с учётом нормативно-правовых документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273 ФЗ ст. 28 «Компетенция, права, обязанности и ответственность образовательной организации»
- Приказа Минобрнауки РФ от 19.12.2014 г. № 1599 «Об утверждении Федерального Государственного Образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).
- СанПин 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»

Срок реализации программы 5 лет.

Рабочая программа предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-9 классов рассчитана на 1 ч. в неделю (всего 170 ч).

Обучение детей жизни в обществе включает формирование представлений об окружающем социальном мире и умений ориентироваться в нем, включаться в социальные отношения. В силу различных особенностей физического, интеллектуального, эмоционального развития детей с умственной отсталостью испытывают трудности в осознании социальных явлений. В связи с этим программа учебного предмета «ОБЖ» позволяет планомерно формировать осмысленное восприятие социальной действительности и включаться на доступном уровне в жизнь общества.

Цель реализации программы – формирование представлений о человеке, его социальном окружении, ориентации в социальной среде и общепринятых правилах поведения.

Задачи реализации программы:

1. Формирование у обучающихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности;
2. Формирование знаний, умений и навыков безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
3. Формирование потребности в соблюдении требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;
4. Формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
5. Выработка у обучающихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Общая характеристика предмета:

Предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» занимает важное место среди учебных предметов. Отбор содержания предмета «ОБЖ» направлен на формирование знаний, умений, навыков, направленных на:

- ✓ социальную адаптацию обучающихся с интеллектуальными нарушениями;
- ✓ повышение уровня общего развития обучающихся и воспитание у них максимально возможного уровня самостоятельности.

В силу различных особенностей физического, интеллектуального, эмоционального развития дети испытывают трудности в осознании социальных явлений. В связи с этим программа учебного предмета «ОБЖ» позволяет планомерно формировать осмысленное восприятие социальной действительности и включаться на доступном уровне в жизнь представлений об окружающем мире и умений ориентироваться в нем, включаться в социальные отношения.

В ходе ознакомления с окружающим миром имеются большие возможности расширить и уточнить представления учащегося с особенностями развития о том мире, в котором он живёт. Выделить и сделать объектом его внимания те условия существования, которые будут окружать его на протяжении всей жизни. Во время обучения содержание работы по предмету начинается с развития его представлений о себе. Социальную природу «я» ребёнок начинает понимать в процессе взаимодействия с другими людьми, и в первую очередь со своими близкими. В этот период идёт накопление представлений о ближайшем окружении детей. В дальнейшем, получая представления о социальной жизни, в которую он включен, ребенок учится соотносить свое поведение и поступки других людей с нравственными ценностями (эталонами) и общепринятыми нормами поведения. Ребенок учится ориентироваться в различных ситуациях: избегать риски и угрозы его жизни и здоровью, в частности, учится быть внимательным и осторожным на улице, дома, в школе.

Описание ценностных ориентиров содержания рабочей программы.

- культура как процесс и результат человеческой жизнедеятельности во всём многообразии её форм;
- патриотизм как одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающейся в любви к России, народу, малой родине;
- семья как основа духовно-нравственного развития и воспитания личности, залог преемственности культурно-ценностных традиций народов России от поколения к поколению и жизнеспособности российского общества; труд и творчество как отличительные черты духовно и нравственно развитой личности;
- здоровый образ жизни в единстве составляющих: здоровье физическое, психическое, духовно- и социально-нравственное.;
- нравственный выбор и ответственность человека в отношении к природе, историко-культурному наследию, к самому себе и окружающим людям.

Планируемые результаты.

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 образа жизни;
- Осознания значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к окружающей среде;
- Формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и

- ответственного отношения к собственным поступкам;
- Освоение социальных норм, правил поведения и ролей;
- Формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности ее решения;
- Освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;

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;
- Формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курения и нанесения 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.

Содержание предмета.

Класс	Тематика содержания.	Кол-во часов
5 класс	Человек, среда его обитания, безопасность человека	5
	Опасные ситуации техногенного характера	6
	Опасные ситуации природного характера	2
	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	3
	Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение	3
	Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства	4
	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни	3
	Факторы разрушающие здоровье	3
	Первая помощь и правила ее оказания	5
6 класс	Социальная безопасность	3
	Дорожная безопасность	7
	Пожарная безопасность	5
	Основы здорового образа жизни	5
	Безопасность в природных условиях	6
	Опасные ситуации в природных условиях	3
	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях	5
	Основы комплексной безопасности	14

7 класс	Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека	11
	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	10
8 класс	Пожарная безопасность	3
	Безопасность на дорогах	2
	Безопасность на водоемах	3
	Экология и безопасность	2
	Защита населения РФ от ЧС	2
	Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера	8
	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	8
	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	5
9 класс	Национальная безопасность России в современном мире	4
	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера и национальная безопасность России	3
	Организованные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	3
	Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	4
	Организация борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации	6
	Основы образа жизни	3
	Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье	3
	Правовые основы сохранения и укрепления репродуктивного здоровья	3
	Оказание первой медицинской помощи	2

Тематическое планирование.

5 класс

Количество часов в год 34 (1 час в неделю)

№	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения
<i>Человек, среда его обитания, безопасность человека</i>			
1.	Город как среда обитания	1	
2.	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища	1	
3.	Особенности природных условий в городе	1	
4.	Взаимопонимания людей, проживающих в городе, и безопасность	1	
5.	Безопасность в повседневной жизни	1	
<i>Опасные ситуации техногенного характера</i>			
1.	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения	1	
2.	Пешеход. Безопасность пешехода.	1	
3.	Пассажир. Безопасность пассажира.	1	
4.	Водитель	1	
5.	Пожарная безопасность	1	

6.	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	1	
Опасные ситуации природного характера			
1.	Погодные явления и безопасность человека	1	
2.	Безопасность на водоемах	1	
Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера			
1.	Чрезвычайные ситуации природного характера	1	
2.	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	1	
Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение			
1.	Антиобщественное поведение и его опасность	1	
2.	Обеспечение личной безопасности дома	1	
3.	Обеспечение личной безопасности на улице	1	
Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства			
1.	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения	1	
2.	Виды экстремистской и террористической деятельности	1	
3.	Виды террористических актов и их последствия	1	
4.	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности	1	
Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни			
1.	О здоровом образе жизни	1	
2.	Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья	1	
3.	Рациональное питание. Гигиена питания	1	
Факторы разрушающие здоровье			
1.	Вредные привычки и их влияние на здоровье	1	

6 классе

Количество часов в год 34 (1 час в неделю)

№	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения
Социальная безопасность			
1.	Криминогенные ситуации на улице.	1	
2.	Безопасное поведение с незнакомыми взрослыми и подростками.	1	
3.	Обеспечение личной безопасности на улице.	1	
Дорожная безопасность			
1.	Правила дорожного движения и их история.	1	
2.	Общие положения, основные понятия и термины, принятые в правилах дорожного движения.	1	
3.	Дорога, элементы дороги.	1	
4.	Как правильно переходить дорогу. Перекрестки.	1	
5.	Соблюдение правил движения велосипедистами.	1	
6.	Причины дорожно-транспортного травматизма	1	
7.	Обобщающий урок-экскурсия по правилам дорожного движения	1	
Пожарная безопасность			
1.	Правила пожарной безопасности. Причины возникновения пожара.	1	

2.	Противопожарный режим дома.	1	
3.	Противопожарный режим в школе.	1	
4.	Первичные средства пожаротушения.	1	
5.	Проверочная работа "Противопожарная безопасность и поведение на пожаре".	1	
Основы здорового образа жизни			
1.	Здоровый образ жизни и профилактика утомлений.	1	
2.	Режим питания. Закаливание.	1	
3.	Компьютер и его влияние на здоровье.	1	
4.	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	1	
5.	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.	1	
Безопасность в природных условиях			
1.	Погодные явления и безопасность.	1	
2.	Опасные погодные явления.	1	
3.	Подготовка и организация похода.	1	
4.	Требования к одежде и обуви, правила ухода за ней во время похода.	1	
5.	Определение своего местонахождения и направление движения на местности.	1	
6.	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными	1	
Опасные ситуации в природных условиях			
1.	Укусы насекомых и защита от них	1	
2.	Клещевой энцефалит и его профилактика	1	
3.	Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях	1	
Первая медицинская помощь при неотложных состояниях			
1.	Правила и меры безопасного поведения на водоёмах в весенний период.	1	
2.	Оказание первой медицинской помощи при травмах (практическое занятие)	1	
3.	Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге (практическое занятие)	1	
4.	Оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых	1	
5.	Итоговое занятие.	1	

7 класс

Количество часов в год 34 (1 час в неделю)

№	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения
Основы комплексной безопасности			
1.	Человек, среда его обитания, безопасность человека	1	
2.	Различные природные явления и причины их возникновения	1	
3.	Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера	1	
4.	Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера	1	

5.	Общее понятие об опасных и чрезвычайных ситуациях в городе	1	
6.	Особенности природных условий в городе	1	
7.	Безопасность на улицах города	1	
8.	Пассажир – участник дорожного движения	1	
9.	Пешеход – участник дорожного движения	1	
10.	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.	1	
11.	Правила общения с незнакомыми людьми	1	
12.	Опасные и аварийные ситуации в доме, квартире	1	
13.	Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях.	1	
14.	Проверочная работа по правилам комплексной безопасности	1	
<i>Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека</i>			
1.	Здоровый образ жизни	1	
2.	Режим дня.	1	
3.	Здоровое питание. Гигиена питания.		
4.	Значение двигательной активности, физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека	1	
5.	Уход за телом	1	
6.	Вредные привычки, их влияние на здоровье.	1	
7.	Профилактика вредных привычек.	1	
8.	Режим труда и отдыха. Утомление и переутомление.	1	
9.	Психологическая уравновешенность	1	
10.	Стресс и его влияние на человека	1	
11.	Проверочная работа "За здоровый образ жизни"	1	
<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>			
1.	Основные виды травм	1	
2.	Общие правила оказания первой помощи	1	
3.	Первая медицинская помощь при помощи наружном кровотечении	1	
4.	Первая медицинская помощь при ушибах и переломах	1	
5.	Первая медицинская помощь при отравлении	1	
6.	Первая медицинская помощь при ожогах и обморожении	1	
7.	Общие правила транспортировки пострадавшего	1	
8.	Практическое занятие по оказанию первой медицинской помощи	1	
19.	Итоговый урок	1	

8 класс

Количество часов в год 34 (1 час в неделю)

№	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения
<i>Пожарная безопасность</i>			

1.	ТБ на уроках ОБЖ. Пожары в жилых и общественных зданиях, их причина и последствия.	1	
2.	Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения	1	
3.	Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности. Обеспечение личной безопасности при пожарах	1	
<i>Безопасность на дорогах</i>			
1.	Организация дорожного движения. Обязанности пешеходов и пассажиров.	1	
2.	Велосипедист-водитель транспортного средства.	1	
<i>Безопасность на водоемах</i>			
1.	Безопасное поведение на водоемах в различных условиях.	1	
2.	Безопасный отдых у воды.	1	
3.	Оказание помощи терпящим бедствие на воде.	1	
<i>Экология и безопасность</i>			
1.	Загрязнение окружающей среды и здоровье человека.	1	
2.	Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке.	1	
<i>Защита населения РФ от ЧС</i>			
1.	Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера	1	
2.	Аварии на радиационно-опасных объектах и их возможные последствия.	1	
<i>Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера</i>			
1.	Обеспечение радиационной безопасности населения	1	
2.	Аварии на химически опасных объектах и их возможное последствия	1	
3.	Обеспечение химической защиты населения	1	
4.	Пожары на взрывопожароопасных объектах экономики и их возможные последствия.	1	
5.	Обеспечение защиты населения от последствий взрывопожароопасных объектах.	1	
6.	Оповещение о ЧС техногенного характера.	1	
7.	Эвакуация населения	1	
8.	Мероприятия по инженерной защите населения от ЧС техногенного характера.	1	
<i>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</i>			
1.	Общие понятия о здоровье как основной ценности человека.	1	
2.	Индивидуальное здоровье, его физическая, духовная и социальная сущность.	1	
3.	Репродуктивное здоровье - составная часть здоровья человека и общества.	1	
4.	Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	1	

5.	Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний	1	
6.	Вредные привычки и их влияние на здоровье	1	
7.	Профилактика вредных привычек	1	
8.	Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности	1	
<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>			
1.	Первая медицинская помощь пострадавшим и ее значение	1	
2.	Первая медицинская помощь при отравлениях аварийно химически опасными веществами	1	
3.	Первая медицинская помощь при травмах	1	
4.	Первая медицинская помощь при утомлении	1	
5.	Итоговый урок	1	

9 класс

Количество часов в год 34 (1 час в неделю)

№	Тема урока	Кол-во часов	Дата проведения
<i>Национальная безопасность России в современном мире</i>			
1.	Россия в мировом сообществе	1	
2.	Национальные интересы России в современном мире	1	
3.	Основные угрозы национальным интересам и безопасности России	1	
4.	Формирование общей культуры населения в области безопасности жизнедеятельности	1	
<i>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера и национальная безопасность России</i>			
1.	Опасные и чрезвычайные ситуации, общие понятия и определения, их классификация	1	
2.	Чрезвычайные ситуации природного характера, их причины и последствия		
3.	Чрезвычайные ситуации техногенного характера, их причины и последствия	1	
<i>Современный комплекс проблем безопасности социального характера и национальная безопасность России</i>			
1.	Военная угроза национальной безопасности России	1	
2.	Международный терроризм – угроза национальной безопасности России	1	
<i>Организованные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени</i>			
1.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	1	
2.	Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности и обороноспособности страны	1	

3.	МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций	1	
<i>Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени</i>			
1.	Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций	1	
2.	Инженерная защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций	1	
3.	Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях	1	
4.	Эвакуация населения	1	
5.	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения	1	
<i>Организация борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации</i>			
1.	Виды террористических акций, их цели и способы осуществления	1	
2.	Законодательная и нормативно-правовая база по организации борьбы с терроризмом	1	
3.	Систем борьбы с терроризмом	1	
4.	Правила поведения при угрозе террористического акта	1	
5.	Государственная политика противодействия наркотизму	1	
6.	Профилактика наркомании	1	
<i>Основы образа жизни</i>			
1.	Здоровье человека – как индивидуальная, так и общественная ценность	1	
2.	Здоровый образ жизни и его составляющие	1	
3.	Репродуктивное здоровье населения – национальная безопасность России		
<i>Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье</i>			
1.	Ранние половые связи и их последствия	1	
2.	Инфекции, передаваемые половым путем	1	
3.	Понятия о ВИЧ-инфекции и СПИДе	1	
<i>Правовые основы сохранения и укрепления репродуктивного здоровья</i>			
1.	Брак и семья	1	
2.	Семья и здоровый образ жизни человека	1	
3.	Основы семейного права в Российской Федерации	1	
<i>Оказание первой медицинской помощи</i>			
1.	Первая медицинская помощь при массовых поражениях	1	
2.	Первая медицинская помощь при передозировке в приеме психоактивных веществ человека	1	
3.	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек	2	
<i>Первая помощь и правила ее оказания</i>			
1.	Первая помощь при различных видах повреждений	2	
2.	Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах	1	

3	Первая помощь при отравлениях	2	
---	-------------------------------	---	--

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 360759633439360235315265728116943077456903154085

Владелец Рыбакина Елена Викторовна

Действителен с 15.03.2023 по 14.03.2024