

Государственное общеобразовательное казенное учреждение Иркутской области
«Специальная (коррекционная) школа № 33г. Братска»

РАССМОТРЕНО

на заседании МО учителей

протокол № 1 от 31.08.23

СОГЛАСОВАНО

зам.директора по УВР

Вайтеховская Ю.В. 

УТВЕРЖДАЮ

директор ГОКУ «СКЦ № 33 г. Братска»

Иванов А.В. 

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета части формируемой участниками образовательного процесса
«Основы безопасности жизнедеятельности»
для обучающихся 5 – 6 классов с легкой умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями) вариант 1

Составил: учитель Кочаровская О.А.

СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
1. Пояснительная записка _____	3
2. Общая характеристика учебного предмета _____	
3. Описание места в учебном плане _____	
4. Личностные и предметные результаты освоения учебного процесса _____	
5. Содержание учебного предмета _____	
6. Тематическое планирование _____	
7. Описание материально технического обеспечения _____	

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета части, формируемой участниками образовательного процесса «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5 – 6 классов составлена на основе следующих документов:

1. Федеральный закон Российской Федерации от 29 декабря 2012г. N273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
2. Адаптированная основная образовательная программа общего образования детей с интеллектуальными нарушениями ГОКУ «СКШ № 33 г. Братска» Вариант 1
3. Учебный план ГОКУ «СКШ № 33 г. Братска»,
4. Положение о порядке разработки и утверждения рабочих программ в ГОКУ «СКШ № 33 г. Братска»

Адаптированная рабочая программа определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития обучающихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения ОБЖ.

Цель:воспитание «личности безопасного типа», умеющего применять полученные навыки в повседневной жизни и в жизненных ситуациях.

Задачи:

- Научить обучающихся с ограниченными возможностями здоровья предвидеть опасность;
- Практическая подготовка к самостоятельной жизни;
- Формировать знания и умений, обеспечивающие сохранение жизни и здоровья;
- Повысить уровень общего развития обучающихся с УО, способности к социальной адаптации в обществе.

Рабочая программа «Основы безопасности жизнедеятельности» для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) для 5-9 классов выполняет две основные функции:

- информационно-методическую функцию, которая позволяет всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития, обучающихся средствами данного учебного предмета;

- организационно-планирующую функцию, которая предусматривает выделение этапов обучения, структурирование учебного материала, определение его количественных и качественных характеристик на каждом из этапов, в том числе для содержательного наполнения промежуточной аттестации обучающихся.

2. Содержание учебного материала

В современном мире опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера стали объективной реальностью в процессе жизнедеятельности каждого человека. Они несут угрозу его жизни и здоровью, наносят ущерб окружающей природной среде и обществу. В настоящее время вопросы обеспечения безопасности стали одной из насущных потребностей каждого человека, общества и государства.

Под культурой безопасности жизнедеятельности следует понимать способ организации деятельности человека, представленный в системе социальных норм, убеждений, ценностей, обеспечивающих сохранение его жизни, здоровья и целостности окружающего мира.

Ключевая роль в формировании современного уровня культуры безопасности принадлежит **предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»**, который реализует подготовку обучающихся коррекционной школы к безопасной жизнедеятельности в реальной окружающей среде – природной, техногенной и социальной.

Характеризую категорию обучающихся с умственной отсталостью, хочется отметить, что умственная отсталость связана с нарушениями интеллектуального развития, которые возникают вследствие органического поражения головного мозга на ранних этапах онтогенеза (от момента внутриутробного развития до трех лет). Общим признаком у всех обучающихся с умственной отсталостью выступает недоразвитие психики с явным преобладанием интеллектуальной недостаточности, которое приводит к затруднениям в усвоении содержания школьного образования и социальной адаптации.

Своеобразие развития обучающихся с легкой умственной отсталостью обусловлено особенностями их высшей нервной деятельности, которые выражаются в разбалансированности процессов возбуждения и торможения, нарушении взаимодействия первой и второй сигнальных систем. В структуре психики таких обучающихся в первую очередь отмечается недоразвитие познавательных интересов и снижение

ознавательной активности, что обусловлено замедленностью темпа психических процессов, их слабой подвижностью и переключаемостью. При умственной отсталости страдают не только высшие психические функции, но и эмоции, воля, поведение, в некоторых случаях физическое развитие, хотя наиболее нарушенным является процесс мышления, и прежде всего, способность квлечению и обобщению. *Вследствие чего знания детей с умственной отсталостью об окружающем мире являются неполными, возможно, искаженными, а их жизненный опыт крайне беден. В свою очередь, это оказывает негативное влияние на овладение знаниями в процессе школьного обучения.*

Развитие всех психических процессов у детей с легкой умственной отсталостью отличается качественным своеобразием, при этом нарушенной оказывается первая ступень познания – **ощущения и восприятие**. Неточность и слабость дифференцировок зрительных, слуховых, кинестетических, тактильных, обонятельных и вкусовых ощущений приводят к затруднению адекватности ориентировки детей с умственной отсталостью в окружающей среде. В процессе освоения учебного предмета это проявляется в замедленном темпе узнавания и понимания учебного материала. Вместе с тем, несмотря на имеющиеся недостатки, обучающихся с умственной отсталостью оказывается значительно более сохранным, чем процесс **мышления**, основой которого составляют такие операции, как анализ, синтез, сравнение, обобщение, абстракция, конкретизация. У этой категории обучающихся из всех видов мышления (наглядно-действенное, наглядно-образное и словесно-логическое) в большей степени нарушено логическое мышление, что выражается в слабости обобщения, трудностях понимания смысла явления или факта. Особые сложности возникают у обучающихся при понимании переносного смысла отдельных фраз и целых текстов. Обучающимся с легкой умственной отсталостью присуща сниженная активность мыслительных процессов и слабая регулирующая роль мышления: как правило, они начинают выполнять работу, не дослушав инструкции, непоняв цели задания, не имея внутреннего плана действия.

Особенности восприятия и осмысления детьми учебного материала неразрывно связаны с особенностями их **памяти**. Запоминание, сохранение и воспроизведение полученной информации обучающимися, воспитанникам также обладает целым рядом специфических особенностей: они лучше запоминают внешние, иногда случайные, зрительно воспринимаемые признаки, при этом, труднее осознают и запоминают внутренние логические связи; формируется произвольное запоминание, которое требует многократных повторений. Менее развитым оказывается логическое

посредованное запоминание, хотя механическая память может быть сформирована на более высоком уровне. Недостатки памяти обучающихся сумственной отсталостью проявляются не столько в трудностях получения и сохранения информации, сколько в ее воспроизведения: вследствие трудностей установления логических отношений полученная информация может воспроизводиться бессистемно, с большим количеством искажений; при этом наибольшее затруднение вызывает воспроизведение словесного материала. Однако использование различных дополнительных средств и приемов в обучении (иллюстративной, символической наглядности, различных вариантов планов, вопросов и т. д.) может оказать значительное влияние на повышение качества воспроизведения словесного материала.

Особенности нервной системы обучающихся проявляются в особенностях их **внимания**, которое отличается сужением объема, малой устойчивостью, трудностями его распределения, замедленностью переключения. Также в процессе обучения обнаруживаются трудности сосредоточения на каком-либо одном объекте или виде деятельности.

Для успешного обучения необходимо достаточно развитые **представления и воображение**. Представления обучающихся сумственной отсталостью свойственны недифференцированность, фрагментарность, уподобление образов, что, в свою очередь, сказывается на узнавании и понимании учебного материала. Воображение как один из наиболее сложных процессов отличается значительной несформированностью, что выражается в его примитивности, неточности и схематичности.

У обучающихся сумственной отсталостью отмечают недостатки в развитии **речевой деятельности**, физиологической основой которых является нарушение взаимодействия между первой и второй сигнальными системами, что, в свою очередь, проявляется в недоразвитии всех сторон речи: фонетической, лексической, грамматической.

Психологические особенности обучающихся сумственной отсталостью проявляются в нарушении **эмоциональной сферы**. При легкой сумственной отсталости эмоции в целом сохранены, однако они отличаются от отсутствия тонких переживаний, неустойчивостью и поверхностностью.

Волевая сфера обучающихся сумственной отсталостью характеризуется слабостью собственных намерений и побуждений, большой внушаемостью. В про

цесс выполнения учебного задания они часто уходят от правильно начатого выполнения действия, «соскальзывают» на действия, произведенные ранее, причем переносят их в прежнем виде, не учитывая изменения условий.

Нарушения высшей нервной деятельности, недоразвитие психических процессов и эмоционально-волевой сферы обуславливают проявление некоторых специфических особенностей личности обучающихся сумственной отсталостью, проявляющиеся в примитивности интересов, потребностей и мотивов, что затрудняет формирование правильных отношений со сверстниками и взрослыми, а также положительную социализацию в обществе.

Программа содержит дидактический материал, который позволяет в разнообразной форме не только изучить новый материал, закрепить, но и проверить знания обучающихся, что позволяет выявить степень усвоения изученного материала.

3. Описание места учебного предмета в учебном плане ОУ

Согласно учебному плану всего на изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» выделяется 170 часов, по 34 часа 5-6 классах (1 час в неделю, 34 учебные недели в каждом классе)

4. Личностные и предметные результаты

Личностными результатами обучения «Основы безопасности жизнедеятельности» для обучающихся с УО (интеллектуальными нарушениями) 5-6 классов в школе являются:

- 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;
- 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, принятия 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:

5 класс

Минимальный уровень:

- формирование первичных навыков определения потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающих в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- умение правильно оценить ситуацию при возникновении ЧС;
- умение пользоваться системой обеспечения безопасности (полиция, скорая помощь, пожарная охрана);
- владение понятиями о здоровье и здоровом образе жизни.

Достаточный уровень:

- формирование 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;
- знание правил обеспечения безопасности на современном транспорте;
- владение основными правилами дорожного движения, правильностью определения знаков ДД;

- знание правил безопасного поведения в быту, предупреждение травм в школьном возрасте;
- владение первичными знаниями по оказанию первой помощи.
- формирование навыков определения экстремизма и терроризма, причин их возникновения.

6 класс

Минимальный уровень:

- 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;
- понимание необходимости правил обеспечения личной безопасности во время активного отдыха на природе;
- понимание необходимости вести здоровый образ жизни.

Достаточный уровень:

- овладение правилами обеспечения личной безопасности во время активного отдыха на природе;
- владение знаниями об опасных ситуациях, которые могут произойти в природных условиях;
- умение обеспечивать личную безопасность в природных условиях;
- умение оказывать первую помощь при неотложных состояниях, возникающих в природных условиях;
- выработку отрицательного отношения к приему наркотических и других психоактивных веществ;
- знание влияния основных неблагоприятных факторов окружающей среды на здоровье

5. Содержание учебного предмета

5 класс (34 часа, 1 час в неделю)

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства

Раздел 1. Основы комплексной безопасности

1. Человек, среда его обитания, безопасность человека - 5 часов

Город как среда обитания.

Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.

Особенности природных условий в городе.

Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность.

Безопасность в повседневной жизни.

2. Опасные ситуации техногенного характера – 6 часов

Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения.

Пешеход. Безопасность пешехода.

Пассажир. Безопасность пассажира.

Водитель.

Пожарная безопасность.

Безопасное поведение в бытовых ситуациях.

3. Опасные ситуации природного характера – 2 часа

Погодные условия и безопасность человека.

Безопасность на водоемах.

4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера – 2 часа

Чрезвычайные ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера.

Раздел 2. Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации

5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение – 3 часа

Антиобщественное поведение и его опасность.

Обеспечение личной безопасности дома.

Обеспечение личной безопасности на улице.

4. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для

общества и государства – 4 часа

Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения.

Виды экстремистской и террористической деятельности.

Виды террористических актов и их последствия.

Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел 4. Основы здорового образа жизни

7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни – 3 часа

О здоровом образе жизни.

Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья.

Рациональное питание. Гигиена питания.

8. Факторы, разрушающие здоровье – 2 часа

Вредные привычки и их влияние на здоровье.

Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек.

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи -

9. Первая помощь и правила ее оказания – 7 часов

Первая помощь при различных видах повреждений.

Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах (практические занятия).

Последовательная отработка навыков в оказании ПМП при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении.

Первая помощь при отравлениях (практические занятия).

Контрольная работа.

6 класс (34 часа, 1 час в неделю)

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства -25 ч.

Раздел 1. Основы комплексной безопасности -25 ч.

1. Подготовка к активному отдыху на природе – 6 часов

Природа и человек.

Ориентирование на местности.

Определение своего местонахождения и направления движения на местности

Подготовка к выходу на природу.

Определение места для бивака и организация бивачных работ.

Определение необходимого снаряжения для похода.

2. Активный отдых на природе и безопасность – 5 часов

Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.

Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности.

Подготовка и проведение лыжных походов.

Водные походы и обеспечение безопасности на воде.

Велосипедные походы и безопасность туристов.

3. Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности – 6 часов

Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем (внутреннем) и выездном туризме.

Акклиматизация человека в различных климатических условиях.

Акклиматизация в горной местности.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.

Обеспечение личной безопасности на водном транспорте.

Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте.

4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде – 4 часа

Автономное существование человека в природе.

Добровольная автономия человека в природной среде.

Вынужденная автономия человека в природной среде.

Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.

5. Опасные ситуации в природных условиях – 4 часа

Опасные погодные явления.

Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.

Укусы насекомых и защита от них.

Клещевой энцефалит и его профилактика.

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни – 9 часов

Раздел 5 . Основы медицинских знаний и оказание первой помощи -4 часа.

6. Первая помощь при неотложных состояниях – 4 часа

Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях.

Оказание первой помощи при травмах.

Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге.

Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых.

7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие – 5 часов

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.

Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека.

Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ.

6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего часов	Основные виды учебной деятельности
	ОБЖ 5 класс		

1.	Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства -22 ч. Раздел 1. Основы комплексной безопасности - 15ч.		
1.1	Человек, среда его обитания, безопасность человека	5	Знакомство с учебником Слушание объяснений учителя.
1.2	Опасные ситуации техногенного характера	6	Слушание и анализ выступлений своих товарищей. Самостоятельная работа с учебником.
1.3	Опасные ситуации природного характера	2	Работа с научно-популярной литературой. Отбор и сравнение материала по нескольким источникам.
1.4	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	2	Написание небольших сообщений (с помощью учителя) Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя. Просмотр учебных фильмов. Объяснение наблюдаемых явлений. Анализ жизненных ситуаций. Работа с раздаточным материалом.

	Раздел 3. Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации -7 ч.		
1.5	Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение	3	
1.6	Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства	4	
	Модуль2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни 13 ч.		
	Раздел 4. Основы здорового образа жизни 5 ч.		
1.7	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни	3	
1.8	Факторы, разрушающие здоровье	2	
	Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи 8 ч.		
1.9	Первая помощь и правила ее оказания	7	
	Итого по разделу	34	

ОБЖ 6 класс			
Модуль. Основы безопасности личности, общества и государства – 25 ч.			
Раздел 1. Основы комплексной безопасности - 25 ч.			
2.1	Подготовка к активному отдыху на природе	6	Знакомство с учебником Слушание объяснений учителя.
2.2	Активный отдых на природе и безопасность	5	Слушание и анализ выступлений своих товарищей. Самостоятельная работа с учебником.
2.3	Дальний (внутренний) и выездной туризм и меры безопасности	6	Работа с научно-популярной литературой. Отбор и сравнение материала по нескольким источникам.
2.4	Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде	4	Написание небольших сообщений (с помощью учителя) Выполнение заданий по разграничению понятий. Систематизация учебного материала. Наблюдение за демонстрациями учителя.
2.5	Опасные ситуации в природных условиях	4	Просмотр учебных фильмов. Объяснение наблюдаемых явлений. Анализ жизненных ситуаций. Работа с раздаточным материалом.

Модуль2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни - 9 часов			
Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи – 4 ч.			
2.6	Первая помощь при неотложных состояниях	4	
Раздел 4. Основы здорового образа жизни – 5 ч.			
2.7	Здоровье человека и факторы, на него влияющие	5	
	Итого по разделу/ теме:		34

7. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение курса «ОБЖ»

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-эпидемиологические правила и нормативы действующим СанПиН

- Для подбора учебной мебели соответственно росту обучающихся производится ее цветовая маркировка (согласно СанПиН 2.4.2.3286-15).

- Ученическая мебель изготовлена из материалов безвредных для здоровья детей и соответствует ростовозрастным особенностям детей и требованиям эргономики (согласно СанПиН 2.4.2.3286-15).
- При оборудовании учебных помещений соблюдаются размеры проходов и расстояния (согласно СанПиН 2.4.2.3286-15).
- Кабинет имеет естественное освещение в соответствии с гигиеническими требованиями к естественному, искусственному, совмещенному освещению. (согласно СанПиН 2.4.2.3286-15).
- В кабинете используется ТСО: компьютер, телевизор (технические средства установлены согласно СанПиН 2.4.2.3286-15).

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

Учебно-методическая литература

Нормативная и правовая литература

- Конституция Российской Федерации
- Уголовный кодекс Российской Федерации
- Федеральный закон гражданской обороны
- ФЗ РФ «Об образовании в РФ»
- Федеральный закон «О радиационной безопасности населения»
-
- Федеральный закон «О пожарной безопасности»
- Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»
- Федеральный закон «О противодействии терроризму».

Средства программного обучения и контроля знаний

- Пособия по учебному разделу «Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций»

- Пособия по учебному разделу «Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи»
- Компьютерное учебное пособие «Безопасность на улицах и дорогах»
- Пособие для проведения занятий по курсу ОБЖ в начальной школе «Чрезвычайные приключения Юли и Ромы»
- Электронное пособие «Сам себе МЧС»
- Электронное пособие «Безопасность на улицах и дорогах»

Плакаты

- Безопасность дорожного движения
 - Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций
 - Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи
 - Умей действовать при пожаре

Презентации по темам:

«Основы комплексной безопасности», « Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства», «Основы здорового образа жизни», «Активный отдых на природе и безопасность», «Опасные ситуации в природных условиях», «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи», « Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера», «Экология и безопасность»

1. Федеральный закон РФ «Об образовании в РФ» №273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 № 99-ФЗ).

2 .Постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 10 июля 2015 г. N 26 г. Москва "Об утверждении СанПиН 2.4.2.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях.

3. Приказ Департамента образования и науки Кемеровской области от 14.09.2016 г. N1579 «О направлении методических рекомендаций по составлению учебного плана в образовательных организациях, реализующих основную адаптированную общеобразовательную программу для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

4«Программно-методические материалы: Основы безопасности жизнедеятельности»/ Сост. Б.И Мишин. – 4-е изд., стереотип. – М.: Дрофа, 2007.