

Приложение № 1 к Адаптированной основной
общеобразовательной программе –
образовательной программе обучающихся
с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
МАОУ СОШ №3 (утвержденной приказом
МАОУ СОШ № 3 от 01.06. 2020 г. № 55/2-Д)

**Адаптированная рабочая программа
учебного предмета
«Культура безопасности жизнедеятельности»
для обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
5-8 классы**

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты:

Культура безопасности жизнедеятельности как учебный предмет обеспечивает:

- освоение обучающимися знаний о безопасном поведении в повседневной жизнедеятельности;
- понимание обучающимися личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности, ценностей гражданского общества, в том числе гражданской идентичности и правового поведения;
- понимание необходимости беречь и сохранять свое здоровье как индивидуальную и общественную ценность;
- понимание необходимости следовать правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- освоение обучающимися умений экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков;
- 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, терроризма и наркотизма;
- освоение умений использовать различные источники информации и коммуникации для определения угрозы возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- освоение умений предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- освоение умений оказывать первую помощь пострадавшим;
- освоение умений готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;
- освоение умений принимать обоснованные решения в конкретной опасной (чрезвычайной) ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- освоение умений использовать средства индивидуальной и коллективной защиты.

Освоение и понимание учебного предмета «Культура безопасности жизнедеятельности» направлено на:

- воспитание у обучающихся чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- развитие у обучающихся качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни; необходимых для обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- формирование у обучающихся 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, убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни, антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции, нетерпимости к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека.

Предметные результаты

Учащиеся 5 класса

узнают:

- что такое производственные аварии, стихийные бедствия и их последствия;
- дорогу и её главные составные части: проезжая часть, тротуар, обочина дороги, кювет, пешеходные и велосипедные дорожки;
- как оказывать первую помощь при кровотечениях из носа. Обеззараживающие средства.
- правила безопасного поведения на воде зимой;
- правила безопасности на природе.

смогут научиться:

- переходить улицу и дороги;
- приобретать проездные документы: талоны, проездные билеты;
- вести себя на воде летом. Пользоваться различными плавсредствами;
- уметь бороться с небольшим возгоранием в лесу.

Учащиеся 6 класса

узнают:

- Определение ЭС, виды и масштабы ЧС в окружающем мире;
- Повышенная преступность;
- Городские службы обеспечения безопасности повседневной жизни. Полиция, пожарная служба, скорая помощь;
- Наиболее распространённые опасные ситуации в жилище и их последствия;
- Средства бытовой химии;
- ЧС на транспорте. Автобус, троллейбус, трамвай, метро.

Причины возникновения ЧС на транспорте.

смогут научиться:

- применять различные средства по оказанию первой помощи при химических ожогах;
- безопасно вести себя на остановках, в салоне транспортного средства;
- правильно себя вести на улице, в общественном месте.

Учащиеся 7 класса

узнают:

- что такое ЧС, основные способы защиты жилища;
- зоны повышенной криминогенной опасности;
- правила поведения в ЭС на улице;
- правильные действия при пожаре в общественном транспорте;
- меры безопасности при переходе водоёмов польза, правила спасения при попадании в полынью.
- степени ожога.

смогут научиться:

- правильно вести себя в ЭС на улице;
- оказывать первую помощь утопающему;
- налаживать резиновый жгут, останавливать носовое кровотечение;
- оказывать первую помощь при термических ожогах.

Учащиеся 8 класса узнают:

- понятие ЧС природного характера, причины возникновения ЧС природного характера, виды опасных природных явлений;
- проблемы, возникающие при вынужденном автономном существовании человека в природных условиях по сохранению жизни и здоровья;
- рекомендации по безопасному поведению дома, на улице, в школе;
- безопасное поведение в трудовых мастерских, на уроках физкультуры и при занятиях спортом;
- причины поражения человека электрическим током и возникновение пожара;
- значение мимики, жестикуляции, положения тела в общении между людьми.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ

В результате изучения основ культуры безопасности жизнедеятельности ученик должен

Знать:

меры безопасности при активном отдыхе в природных условиях;
опасности, которые могут произойти с человеком в природных условиях;
факторы, разрушающие здоровье;
основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи.

Уметь:

предвидеть опасность, предупредить или избежать ее;
ориентироваться на местности;
оказывать первую медицинскую помощь при травмах, тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге, укусах змей и насекомых;

Использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

выработки потребности в соблюдении норм здорового образа жизни;
обеспечения личной безопасности при автономном пребывании человека в природной среде;
оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных ситуациях.

Программа учебного предмета «Культура безопасности жизнедеятельности» учитывает возможность получения знаний через практическую деятельность и способствует формированию у обучающихся умения безопасно использовать учебное оборудование, проводить исследования, анализировать полученные результаты, представлять и научно аргументировать полученные выводы.

2.Содержание курса

Культура безопасности личности, общества и государства

Основы комплексной безопасности

Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой, предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др. Безопасность на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. Средства индивидуальной защиты велосипедиста. Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Средства индивидуальной защиты. Водоемы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. Правила безопасности в туристических походах и поездках. Правила поведения в автономных условиях. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них. Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера (квартира, улица, подъезд, лифт, карманная кража, мошенничество, самозащита покупателя). Элементарные способы самозащиты. Информационная безопасность подростка.

Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины, ураганы, бури, смерчи, сильный дождь (ливень), крупный град, гроза, сильный снегопад, сильный гололед, метели, снежные заносы, наводнения, половодье, сели, цунами, лесные, торфяные и степные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной защиты. Чрезвычайные ситуации техногенного

характера и защита населения от них (аварии на радиационно-опасных, химически опасных, пожароопасных и взрывоопасных, объектах экономики, транспорте, гидротехнических сооружениях). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной и коллективной защиты. Правила пользования ими. Действия по сигналу «Внимание всем!». Эвакуация населения и правила поведения при эвакуации.

Основы противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации

Терроризм, экстремизм, наркотизм - сущность и угрозы безопасности личности и общества. Пути и средства вовлечения подростка в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность. Ответственность несовершеннолетних за правонарушения. Личная безопасность при террористических актах и при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников. Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Основы здорового образа жизни

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена). Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания, употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и их факторов. Семья в современном обществе. Права и обязанности супругов. Защита прав ребенка.

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей. Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах. Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении. Основные неинфекционные и инфекционные заболевания, их профилактика. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе. Первая помощь при укусе насекомых и змей. Первая помощь при остановке сердечной деятельности. Первая помощь при коме. Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.

3. Тематическое планирование

5 класс

№	Тема урока	Кол-во час.
1	Понятие об окружающей среде, ЧС.	1
2	Город как источник опасностей.	1
3	Опасные ситуации в доме (квартире).	1
4	Пожары в жилище.	1
5	Отравляющие вещества в доме.	1
6	Средства пожаротушения.	1

7	Правила дорожного движения для велосипедиста.	1
8	Проверочная работа за 1 четверть.	1
9	Пешеход. Правила дорожного движения для пешехода.	1
10	Правила поведения в общественном транспорте.	1
11	ЧС криминогенного характера.	1
12	Обеспечение личной безопасности на улице.	1
13	Обеспечение личной безопасности дома.	1
14	Меры предупреждения возникновения пожара.	1
15	Оповещение и эвакуация при пожаре.	1
16	Средства тушения пожара.	1
17	Безопасность в общественном транспорте. Виды общественного транспорта.	1
18	Правила безопасности в метро, автобусе, троллейбусе, в трамвае, на пригородных поездах.	1
19	Правила безопасности на остановках общественного транспорта.	1
20	Поведение в общественном транспорте при возникновении ЧС.	1
21	Движение пешеходов по улицам и дорогам. Переход улицы по переходу. Сигналы светофора.	1
22	Экстремальная ситуация для человека в природной среде. Способы их преодоления.	1
23	Съедобные и несъедобные грибы, ягоды, плоды. Меры предосторожности в обращении с дарами природы.	1
24	Безопасное поведение в лесу.	1
25	Меры безопасности при купании в водоёмах.	1
26	Способы самоспасения и оказания помощи тонущему.	1
27	Обобщающий урок по теме «ЧС в природе»	1
28	Загрязнение воды и его влияние на здоровье человека.	1
29	Загрязнение воздуха и его влияние на здоровье человека.	1

30	Загрязнение почв и его влияние на здоровье человека.	1
31	Понятие ПМП, правила оказания ПМП.	1
32	ПМП при ранении. Виды ран. Опасность ран.	1
33	ПМП при носовом кровотечении.	1
34	Контрольная работа за год. ПМП при термических ожогах.	1

6 класс

№	Тема урока	Кол-во час.
1	Источники опасностей в городе.	1
2	Опасные ситуации в доме.	1
3	Понятие пожар. Причины пожаров в жилище. Правила поведения.	1
4	Средства пожаротушения.	1
5	Понятие пешеход. Правила дорожного движения для пешеходов.	1
6	Общественный транспорт. Правила поведения в нём.	1
7	Личная безопасность на улице.	1
8	Оказание ПМП при кровотечениях из носа.	1
9	Оказание первой помощи при ссадинах и царапинах.	1
10	Оказание первой помощи при боли в боку, при ушибе.	1
11	Оказание первой помощи при поражении электрическим током.	1
12	Оказание ПМП при отравлении угарным газом.	1
13	С.р. по теме «Оказание ПМП». Водоёмы. Безопасность на воде.	1
14	Правила безопасного поведения на воде зимой.	1
15	Меры по самоспасению и оказанию помощи человеку провалившемуся под лёд.	1
16	Правила поведения на воде летом.	1
17	Пользование различными плавсредствами.	1
18	Способы и средства самоспасения и оказания помощи утопающему на воде.	1
19	Безопасность при общении с животными.	1
20	Повадки домашних животных.	1
21	Выполнение санитарно-гигиенических требований при общении с животными.	1
22	Средства первой помощи при укусе собак и кошек.	1
23	Средства ПМП при укусе и последующие действия пострадавшего.	1
24	Признаки заболевания бешенством у собак и кошек.	1
25	Правила поведения при встрече с дикими животными в	1

	лесу.	
26	Первая помощь при укусе змеи, пчелы или осы.	1
27	Детский бытовой травматизм. Виды. Причины. Профилактика.	1
28	Правила безопасности дорожного движения. Дорожные знаки.	1
29	Правила поведения при возникновении ЧС на транспорте.	1
30	Экстремальные ситуации в природе.	1
31	Безопасность в природе. Ориентирование в лесу по компасу, по звукам, по солнцу, по растениям и муравейнику.	1
32	Правила безопасности на природе. Переправа через ручей или реку.	1
33	Правила противопожарной безопасности при разведении костра. Меры по борьбе с небольшим возгоранием в лесу.	1
34	К.р. за год. Приметы приближающегося дождя. Правила поведения на природе во время дождя, грозы.	1

7 класс

№	Тема урока	Кол-во час.
1	Определение экстремальной ситуации, виды и масштабы ЧС в окружающем мире.	1
2	Средства и способы самоспасения.	1
3	Город как источник опасности. Дорожное движение.	1
4	Загрязнение окружающей среды.	1
5	Сложность перенесения стихийных бедствий и природных ненастий.	1
6	Повышенная преступность.	1
7	Система обеспечения безопасности. Сигналы оповещения.	1
8	Основные функции полиции, пожарной охраны, скорой мед.помощи, экологической службы, службы МЧС.	1
9	Действия населения при получении сигналов оповещения. Средства пожаротушения.	1
10	Ситуация аварийного характера в жилище и учреждениях. Наиболее распространённые опасные ситуации в жилище и их последствия.	1
11	Причины возникновения пожара.	1
12	Опасные для жизнедеятельности человека факторы, возникающие при пожаре: дым, угарный газ, огонь.	1
13	Правила поведения во время пожара. П.р.: обучение пользованию огнетушителем.	1
14	Утечка газа. Причины, опасные для жизнедеятельности человека факторы, возникающие при утечке газа, правила поведения.	1

15	Затопление жилища, причины, последствия, правила защиты. Правила поведения при затоплении жилища.	1
16	Разрушение здания. Причины, последствия, правила защиты. Правила поведения, если оказался под обломками разрушившегося здания.	1
17	Средства бытовой химии. Химические ожоги, отравления.	1
18	Правила безопасного обращения со средствами бытовой химии согласно инструкции.	1
19	Отравление ядохимикатами, первая помощь при отравлении ядохимикатами.	1
20	Отравление медикаментами и первая помощь при отравлении.	1
21	Ртуть – опасное химическое вещество, правила обращения с ртутным термометром.	1
22	Причины возникновения ЧС на транспорте.	1
23	Троллейбус и трамвай – опасность поражения электрическим током.	1
24	Автобус и автомобиль – транспортные средства повышенной опасности (резкое торможение, толчки, возгорание, столкновение).	1
25	Правила поведения при аварийной ситуации на транспорте.	1
26	Причины возникновения ЧС в метро	1
27	ЧС на железной дороге. Виды железнодорожного транспорта.	1
28	Правила поведения в аварийной ситуации: случаи пожара, столкновение поездов, в опрокинутом вагоне.	1
29	Правила поведения на железнодорожных путях и станциях.	1
30	Причины бедствий на реках, морях, океанах.	1
31	Правила поведения на судне. Средства спасения (спасательный жилет, шлюпка, надувные плоты)	1
32	Правила эвакуации с аварийного судна. Ситуация: «человек на борту». Правила поведения при пожаре на судне.	1
33	Правила поведения в самолёте в различных опасных ситуациях(при взлёте, при посадке, при захвате самолёта террористами).	1
34	Контрольная работа за год. Действия при расгермитизации в самолёте, при пожаре в самолёте.	1

8 класс

№	Тема урока	Кол-во час.
1	ЧС криминогенного характера в жилище.	1
2	Основные способы защиты жилища: надёжность замков и запоров.	1
3	Правила поведения и предосторожности, если ты один дома.	1
4	Криминальная ситуация вне жилища.	1
5	Зоны повышенной опасности.	1
6	Поведение в экстремальной ситуации на улице.	1
7	Самооборона и её пределы. Юридическая защита личности.	1

8	Обобщающий урок по теме «ЧС».	1
9	Самостоятельная работа по теме «ЧС».	1
10	Загрязнение воздуха, воды и почвы. Причины.	1
11	Недоброкачественность продуктов питания, опасность для здоровья.	1
12	Вредное влияние шумов на здоровье человека.	1
13	Профилактика экологического равновесия.	1
14	Вредные влияния компьютера на здоровье человека.	1
15	Нарушение экологического равновесия.	1
16	Причины пожара. Эвакуация при пожаре и панике.	1
17	Пожар в общественном транспорте. Поведение людей в ЭС.	1
18	Типы огнетушителей, план эвакуации в школе.	1
19	Безопасное поведение школьников в лифте.	1
20	Экстремальная ситуация в лифте.	1
21	Обобщение по теме «Экстремальные ситуации».	1
22	Детский травматизм. Виды травматизма. Причины зимнего травматизма.	1
23	Водоёмы зимой, меры безопасности при переходе по льду.	1
24	Правила безопасного поведения на воде.	1
25	Меры предосторожности при купании. Первая помощь утопающему.	1
26	Правила езды на велосипеде, скейтборде.	1
27	Средства оказания ПМП, правила оказания ПМП.	1
28	Опасность раневой инфекции. ПМП при ранениях, кровотечениях, ожогах.	1
29	Способы остановки кровотечения. Правила наложения резинового жгута.	1
30	Носовое кровотечение. ПМП при носовом кровотечении.	1
31	ПМП при термических ожогах. Степени ожога.	1
32	Обработка ран, наложение жгута, повязок. Помощь при ожогах.	1
33	Обобщающий урок по теме «Оказание ПМП».	1
34	С.р. по теме «Оказание ПМП». Индивидуальные средства защиты органов дыхания и кожи. Противогаз. Респиратор.	1