

**КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
ХАНТЫ-МАНСИЙСКОГО АВТОНОМНОГО ОКРУГА – ЮГРЫ  
«РАДУЖНИНСКАЯ ШКОЛА ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С  
ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ»**

**Рабочая программа общего образования  
обучающихся с умственной отсталостью  
(интеллектуальными нарушениями)  
«Основы безопасности жизнедеятельности»  
вариант 1  
(для 5 класса)**

утверждена приказом от 27.03.2023 № 105  
(с изменениями от 25.08.2023 № 274)

Составитель: Е.Ю. Меценко  
учитель,  
первая квалификационная категория

Радужный  
2023

## ОГЛАВЛЕНИЕ

|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.....       | 3  |
| II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ.....        | 4  |
| III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ .....   | 7  |
| IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ..... | 10 |

## I. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» составлена в соответствии с: адаптированной основной общеобразовательной программой образования *обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)* казенного общеобразовательного учреждения Ханты-Мансийского автономного округа – Югры «Радужнинская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» (5-9 классы) ФГОС, вариант 1( далее АООП УО V-IX классы (вариант 1)), разработанной на основе Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), (далее ФАООП УО (вариант 1)), утвержденной приказом Министерства просвещения России от 24.11.2022г. № 1026 (<https://clck.ru/33NMkR>).

АООП УО V-IX классы (вариант 1) адресована обучающимся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом реализации их особых образовательных потребностей, а также индивидуальных особенностей и возможностей.

Программа реализуется в 5-6 классах посредством учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» 1 час в неделю, в 7-9 классах посредством интеграции с предметами учебного плана. Всего на изучение предмета ОБЖ отводится 68 часов, из них по 34 часа в каждом классе.

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» относится к образовательной области «Физическая культура» и является частью учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений. В соответствии с учебным КОУ «Радужнинская школа для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья» планом рабочая программа по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5 классе рассчитана на 34 учебные недели и составляет 34 час в год (1 час в неделю).

Изучение Основ безопасности жизнедеятельности (далее по тексту – ОБЖ) направлено на обеспечение формирования базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности, что способствует выработке у обучающихся умений распознавать угрозы, избегать опасности, нейтрализовать конфликтные ситуации, решать сложные вопросы социального характера, грамотно вести себя в чрезвычайных ситуациях. Такой подход содействует закреплению навыков, позволяющих обеспечивать защиту жизни и здоровья человека, формированию необходимых для этого волевых и морально-нравственных качеств, предоставляет широкие возможности для эффективной социализации, необходимой для успешной адаптации обучающихся к современной техно-социальной и информационной среде, способствует проведению мероприятий профилактического характера в сфере безопасности.

**Цель** изучения ОБЖ - формирование у обучающихся базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства. Что предполагает необходимость решить следующие **задачи**:

- 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 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 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;
- 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.

## **II. СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

В условиях современного исторического процесса с появлением новых глобальных и региональных природных, техногенных, социальных вызовов и угроз безопасности России (критичные изменения климата, негативные медико-биологические, экологические, информационные факторы и другие условия жизнедеятельности) возрастает приоритет вопросов безопасности, их значение не только для самого человека, но также для общества и государства. При этом центральной проблемой безопасности жизнедеятельности остается сохранение жизни и здоровья каждого человека. В данных обстоятельствах колоссальное значение приобретает качественное образование подрастающего поколения россиян, направленное на формирование гражданской идентичности, воспитание личности безопасного типа, овладение знаниями, умениями, навыками и компетенцией для обеспечения безопасности в повседневной жизни.

Актуальность совершенствования учебно-методического обеспечения учебного процесса по предмету ОБЖ определяется следующими документами в области безопасности:

- Стратегия национальной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 2 июля 2021 г. № 400);
- Доктрина информационной безопасности Российской Федерации (Указ Президента Российской Федерации от 5 декабря 2016 г. № 646);
- Национальные цели развития Российской Федерации на период до 2030 года (Указ Президента Российской Федерации от 21 июля 2020 г. № 474);
- государственная программа Российской Федерации «Развитие образования» (постановление Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642).

ОБЖ является системообразующим учебным предметом, имеет свои дидактические компоненты во всех без исключения предметных областях и реализуется через приобретение необходимых знаний, выработку и закрепление системы взаимосвязанных навыков и умений, формирование социальных (жизненных) компетенций в области безопасности, поддержанных согласованным изучением других учебных предметов. Научной базой учебного предмета ОБЖ является общая теория безопасности, исходя из которой он должен обеспечивать формирование целостного видения всего комплекса проблем безопасности, включая глобальные, что позволит обосновать оптимальную систему обеспечения безопасности личности, общества и государства, а также актуализировать для обучающихся построение адекватной модели индивидуального безопасного поведения в повседневной жизни, сформировать у них базовый уровень культуры безопасности жизнедеятельности.

В программе содержание учебного предмета ОБЖ структурно представлено десятью разделами (тематическими линиями), обеспечивающими непрерывность изучения предмета на уровне основного общего образования:

- раздел «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»;
- раздел «Безопасность в быту»;
- раздел «Безопасность на транспорте»;
- раздел «Безопасность в общественных местах»;
- раздел «Безопасность в природной среде»;
- раздел «Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний»;
- раздел «Безопасность в социуме»;
- раздел «Безопасность в информационном пространстве»;
- раздел «Основы противодействия экстремизму и терроризму»;
- раздел «Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения».

В целях обеспечения системного подхода в изучении учебного предмета ОБЖ на уровне основного общего образования Программа ОБЖ предполагает внедрение универсальной структурно-логической схемы изучения учебных разделов (тематических линий) в парадигме безопасной жизнедеятельности:

**«предвидеть опасность - по возможности ее избежать - при необходимости действовать».**

Учебный материал систематизирован по сферам возможных проявлений рисков и опасностей:

- помещения и бытовые условия;
- улица и общественные места;
- природные условия;
- коммуникационные связи и каналы;
- объекты и учреждения культуры и другие.

Для качественной и эффективной организации обучения при планировании и разработке урока педагогом используются практические и наглядные методы обучения:

- объяснительно – иллюстративные (беседа, рассказ, работа с памятками, тематическими картинками, схемами, буклетами);
- репродуктивные (работа по образцам, работа с карточками и т.д.);
- частично – поисковые (разгадывание ребусов, кроссвордов, загадок, использование дидактических игр);
- предметно – практические методы (практикумы, практические работы, экскурсии и т.д.);
- система специальных коррекционно – развивающих методов (коррекция и развитие умения наблюдать, видеть и слышать, сравнивать и обобщать, устанавливать простейшие причинно-следственные связи; коррекция познавательной возможности и интересов; воспитание нравственно-этических и эстетических чувств, бережное отношение к себе и окружающим людям);
- методы убеждения (словесное разъяснение, убеждение);
- методы организации деятельности (приучение, упражнение, показ, подражание, поручение);
- методы стимулирования поведения (похвала, поощрение, взаимооценка).

В качестве электронных образовательных ресурсов используются материалы, включенные в Федеральный перечень электронных образовательных ресурсов, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Минпросвещения России от 02.08.2022 № 653.

### Содержание разделов

| № п/п | Название раздела  | Количество часов | Контрольные работы |
|-------|---|------------------|--------------------|
| 1.    | Раздел 1. «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе». | 2                |                    |
| 2.    | Раздел 2. «Безопасность в быту».  | 5                | 1                  |
| 3.    | Раздел 3. «Безопасность на транспорте».                                     | 5                | 1                  |
| 4.    | Раздел 4. «Безопасность в общественных местах».                             | 5                | 1                  |
| 5.    | Раздел 5. «Безопасность в природной среде».                                 | 5                | 1                  |
| 6.    | Раздел 6. «Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний».        | 5                | 1                  |
| 7.    | Раздел 7. «Безопасность в социуме».   | 3                | 1                  |

|     |   |    |   |
|-----|---|----|---|
| 8.  | Раздел 8. «Безопасность в информационном пространстве».   | 1  |   |
| 9.  | Раздел 9. «Основы противодействия экстремизму и терроризму».  | 1  |   |
| 10. | Раздел 10. «Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения». | 2  |   |
|     | ИТОГО   | 34 | 6 |

### III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

#### Личностные:

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- воспитание уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия, в том числе владение вербальными и невербальными коммуникативными компетенциями, использование доступных информационных технологий для коммуникации;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявление социально значимых мотивов учебной деятельности;
- сформированность навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- способность к осмыслению картины мира, ее временно-пространственной организации; формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;
- воспитание эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, проявление доброжелательности, эмоционально-нравственной отзывчивости и взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей;
- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- проявление готовности к самостоятельной жизни.

#### Предметные:

| Минимальный уровень   | Достаточный уровень  |
|---|--|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>– знать и соблюдать правила безопасного поведения, права и обязанности пешехода;</li> <li>– знать и соблюдать правила безопасного поведения в транспорте, обязанности пассажира;</li> <li>– знать и соблюдать правила движения велосипедистов ( проезжая часть,</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>– соблюдать правила передвижения пешехода (тротуар, проезжая часть);</li> <li>– знать обозначение знаков дорожного движения, регулирующих движение пешехода, выполнять их;</li> <li>– называть и уметь определять виды общественного транспорта, соблюдать правила</li> </ul> |

|  |   |
|--|---|
| <p>велодорожка, тротуар, дорожные знаки, регулирующие движение велосипедиста).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– знать и соблюдать правила безопасного поведения на улице, дома;</li> <li>– знать возможные опасные и аварийные ситуации в городской и сельской местности, источники их возникновения;</li> <li>– уметь попросить помощи при возникновении опасной ситуации социального характера</li> <li>– знать правила безопасного поведения в возникшей чрезвычайной и опасной ситуации, избежание данных ситуаций;</li> <li>– уметь позвонить в пожарную часть, полицию, скорую помощь для получения помощи;</li> <li>– знать о телефоне доверия, его назначении и помощи, которую по нему можно получить;</li> <li>– знать о правилах безопасного обращения с личными деньгами, о правилах пользования банковской картой;</li> <li>– соблюдать правила общения в социальных сетях;</li> <li>– уметь находить выход из опасных ситуаций, которые могут возникнуть на улице, в общественном месте, при отсутствии взрослых.</li> </ul> | <p>поведения в них;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– уметь самостоятельно передвигаться по маршруту «школа –дом», с соблюдением правил дорожного движения и мер безопасности.</li> <li>– знать причины возникновения и виды опасных ситуаций в доме (квартире), уметь предупреждать их, безопасно действовать при их возникновении;</li> <li>– правила безопасности при обнаружении возгорания (что нельзя делать, как себя вести, что делать, если помещение задымлено, действия, если нельзя покинуть место пожара);</li> <li>– уметь пользоваться подручными и первичными средствами пожаротушения;</li> <li>– соблюдать меры предосторожности при использовании бытовых электроприборов;</li> <li>– уметь пользоваться с соблюдением правил безопасности средствами бытовой химии;</li> <li>– знать и соблюдать условия хранения продуктов питания;</li> <li>– знать об опасности нахождения и правилах безопасности в общественных местах и местах большого скопления людей;</li> <li>– знать о мерах предосторожности при обращении с домашними животными (собакой), правила поведения при нападении собаки;</li> <li>– уметь планировать рациональное расходование личных денег;</li> <li>– иметь представление о мобильных банковских приложениях;</li> <li>– знать и уметь выполнять защиту своих персональных данных при пользовании мобильными приложениями;</li> <li>– знать о значении логина и пароля при сохранении персональных данных, об опасности передачи доступа к персональным данным третьим лицам;</li> <li>– знать и уметь защитить свой профиль пользователя социальных сетях;</li> <li>– иметь представление о «Кибербуллинге», его признаках и защите от него;</li> <li>– знать об опасности сетевых игр, перехода по незнакомым ссылкам;</li> <li>– знать признаки безопасного сайта и уметь определить степень безопасности сайта</li> <li>– уметь преодолевать страх, при возникновении опасной ситуации; проявлять уверенность и спокойствие</li> <li>– знать и соблюдать правила собственного безопасного поведения дома, таких как запрет на открывание дверей чужим и незнакомым людям, впускание их в дом, сообщение по телефону о наличии дома других членов семьи;</li> <li>– знать о правила собственного безопасного поведения на улице;</li> </ul> |
|--|---|



|  |   |
|--|---|
|  | <ul style="list-style-type: none"> <li>– знать об уровнях террористической опасности;</li> <li>– знать и соблюдать правила безопасности при нахождении оставленных, бесхозных вещей;</li> <li>– соблюдать личную безопасность при угрозе и возникновении террористического акта;</li> </ul> |
|--|---|

### **Система оценки достижений**

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, представлена в условных единицах:

- 0 баллов - нет фиксируемой динамики;
- 1 балл - минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла - значительная динамика.

Оценка предметных результатов осуществляется по итогам индивидуального и фронтального опроса обучающихся, выполнения самостоятельных работ (по темам уроков), контрольных работ (входных, текущих, промежуточных и итоговых) и тестовых заданий. При оценке предметных результатов учитывается уровень самостоятельности обучающегося и особенности его развития.

*Критерии оценки предметных результатов:*

**Отметка «5»** ставится, если обучающийся полностью усвоил учебный материал, может изложить его своими словами, самостоятельно подтверждает ответ конкретными примерами, правильно и обстоятельно отвечает на дополнительные вопросы учителя; если полностью соблюдались правила трудовой дисциплины, работа выполнялась самостоятельно, тщательно спланирован труд и соблюдался план работы, предложенный учителем, рационально организованно рабочее место, полностью соблюдались общие правила техники безопасности.

**Отметка «4»** ставится, если обучающийся в основном усвоил учебный материал, допускает незначительные ошибки в его изложении, подтверждает ответ конкретными примерами, правильно отвечает на дополнительные вопросы учителя; если работа выполнялась самостоятельно, допущены незначительные ошибки в планировании труда, организации рабочего места, которые исправлялись самостоятельно, полностью выполнялись правила трудовой дисциплины, правила техники безопасности.

**Отметка «3»** ставится, если обучающийся не усвоил существенную часть учебного материала, допускает значительные ошибки в его изложении своими словами, затрудняется подтвердить ответ конкретными примерами, слабо отвечает на дополнительные вопросы учителя; если самостоятельность в работе была низкой, отдельные приёмы труда выполнялись неправильно, но ошибки исправлялись после замечаний учителя, допущены нарушения трудовой дисциплины, техники безопасности, организации рабочего места.

**Оценка «2»** - не ставится.

#### IV. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

| №<br>урока  | Тема урока   | Количество<br>часов | Примечание |
|---|--|---------------------|------------|
| <b>Раздел 1. «Культура безопасности жизнедеятельности в современном обществе»</b> |  | <b>2 часа</b>       |            |
| 1   | Вводное занятие. Источники и факторы опасности   | 1                   |            |
| 2   | Безопасное поведение   | 1                   |            |
| <b>Раздел 2. «Безопасность в быту»</b>  |  | <b>5 часов</b>      |            |
| 3   | Безопасная среда дома. Поведение дома в случае отсутствия взрослых   | 1                   |            |
| 4   | Безопасное поведение дома. Опасные и безопасные предметы в доме. Бытовые отравления, первая медицинская помощь   | 1                   |            |
| 5   | Опасные ситуации в жилище: лифт может быть очень опасен  | 1                   |            |
| 6   | Правила пожарной безопасности. Опасность использования огня и пиротехники при проведении праздников              | 1                   |            |
| 7   | Пожары от электроприборов и электрооборудования. Правила вызова экстренных служб и правила взаимодействия с ними | 1                   |            |
| <b>Раздел 3. «Безопасность на транспорте»</b>                                     |  | <b>5 часов</b>      |            |
| 8   | Дорожное движение. Опасные ситуации на дорогах   | 1                   |            |
| 9   | Дорожно-транспортные происшествия и причины их возникновения   | 1                   |            |
| 10  | Правила дорожного движения и дорожные знаки для пешеходов. Правила безопасного поведения пешеходов               | 1                   |            |
| 11  | Практическая работа: «Безопасный маршрут «дом – школа – дом»   | 1                   |            |
| 12  | Правила дорожного движения для водителя велосипеда и иных индивидуальных средств передвижения                    | 1                   |            |
| <b>Раздел 4. «Безопасность в общественных местах»</b>                             |  | <b>5 часов</b>      |            |
| 13  | Потенциальные источники опасности в общественных местах  | 1                   |            |
| 14  | Правила поведения во время массовых мероприятий. Опасность толпы   | 1                   |            |
| 15  | Правила поведения в случае обнаружения бесхозных или подозрительных предметов                                    | 1                   |            |
| 16  | Правила поведения в случаях взятия в заложники и операции по освобождению заложников                             | 1                   |            |
| 17  | Практическая работа: «Как вести себя при теракте в школе»  | 1                   |            |
| <b>Раздел 5. «Безопасность в природной среде»</b>                                 |  | <b>5 часов</b>      |            |

|   |   |                |  |
|---|---|----------------|--|
| 18  | Чрезвычайные ситуации природного характера  | 1              |  |
| 19  | Правила поведения в различных погодных условиях   | 1              |  |
| 20  | Правила поведения при встрече с животными   | 1              |  |
| 21  | Правила безопасного поведения на водоемах или около них   | 1              |  |
| 22  | Правила поведения при нахождении на льду. Порядок действий при обнаружении человека в полынье   | 1              |  |
| <b>Раздел 6. «Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний»</b>  |   | <b>5 часов</b> |  |
| 23  | Полезные привычки и их влияние на здоровье человека   | 1              |  |
| 24  | Опасность вредных привычек.   | 1              |  |
| 25  | Понятия «инфекционные» и «неинфекционные» заболевания, факторы риска, меры профилактики.  | 1              |  |
| 26  | Понятие «первая помощь» и обязанность по ее оказанию. Порядок вызова скорой медицинской помощи  | 1              |  |
| 27  | Практическая работа: «Профилактика травматизма. Оказания помощи при травмах»  | 1              |  |
| <b>Раздел 7. «Безопасность в социуме»</b>   |   | <b>3 часа</b>  |  |
| 28  | Конфликт как источник опасности   | 1              |  |
| 29  | Приемы распознавания противозаконных манипуляций и способы защиты от них  | 1              |  |
| 30  | Места особой опасности, встреча с незнакомцем или опасной компанией   | 1              |  |
| <b>Раздел 8. «Безопасность в информационном пространстве»</b>   |   | <b>1 час</b>   |  |
| 31  | Безопасность работы в Интернете, при общении в социальных сетях   | 1              |  |
| <b>Раздел 9. «Основы противодействия экстремизму и терроризму»</b>  |   | <b>1 час</b>   |  |
| 32  | Понятия «экстремизм» и «терроризм», варианты проявления и последствия. Цели и формы террористических актов, уровни террористической опасности | 1              |  |
| <b>Раздел 10. «Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения»</b> |   | <b>2 часа</b>  |  |
| 33  | Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Сигнал «Внимание всем!», порядок действий населения при его получении              | 1              |  |
| 34  | Заключительный урок   | 1              |  |