

СОГБОУ «Вяземская школа-интернат №1
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья»

ПРИНЯТО

Педагогическим советом
Протокол №1
от « 31 » августа 2018г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказ № 114
от 03.09.2018

Директор школы

 / О.А. Богданова


Адаптированная рабочая программа

«Основы безопасности жизнедеятельности» для 5 класса

Составила: Абросимова С.А.

2018-2019год.

Пояснительная записка

- 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 обеспечение 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 чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизма и терроризма, 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 учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Содержание курса

Безопасность и защита человека в опасных ситуациях

Человек, среда его обитания, безопасность человека

Роль городов в развитии человеческого общества. Особенности современных городов, их деление в зависимости от количества жителей. Система жизнеобеспечения современных городов. Наиболее характерные опасные ситуации для человека, которые могут возникнуть в городе.

Система обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом. Бытовые приборы, используемые человеком в повседневной жизни. Возможные опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище; меры по их профилактике.

Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат городов. Особенности природной среды в городе. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды.

Особенности социальной среды в городе с учетом его предназначения (город – столица, город – порт и др.). Зоны повышенной криминогенной опасности, зоны безопасности в городе. Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе: с взрослыми и сверстниками, с незнакомыми людьми.

Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях. Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в городе. Основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.

Опасные ситуации техногенного характера

Дорога и ее предназначение.

Регулирование дорожного движения, дорожная разметка, дорожные знаки, светофоры и регулировщики.

Обеспечение безопасности дорожного движения.

Пешеход – участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге.

Пассажир, общие обязанности пассажира. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Меры безопасности при поездке железнодорожным транспортом. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом.

Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище, личная безопасность при пожаре.

Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Общие правила безопасного поведения в быту. Безопасное обращение с электроприборами, с бытовым газом, с средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером. Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.

Опасные ситуации природного характера

Погода и ее основные показатели.

Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель и др.) и правила безопасного поведения в предвидении и во время опасных природных явлений.

Водоемы в черте города. Состояние водоемов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года.

Опасные ситуации социального характера

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации.

Общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность в подъезде дома, в лифте, проникновение посторонних в квартиру, телефон.

Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасных ситуаций. Соблюдение правил в общественных местах, в толпе.

Чрезвычайные ситуации

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясения, наводнения, ураганы, бури, сели, смерчи, оползни, обвалы). Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера: аварии на радиационноопасных объектах, аварии на взрывоопасных объектах, аварии на химических объектах. Обеспечение личной безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Организация защиты населения от ЧС.

Действие населения при оповещении об угрозе возникновения ЧС.

Организация эвакуации населения.

Основы здорового образа жизни и медицинских знаний

Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни

Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.

Основные составляющие здорового образа жизни. Режим дня.

Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека.

Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Гигиена питания.

Вредные привычки и их влияние на здоровье человека

Вредные привычки, их отрицательное влияние на развитие способностей человека и на его здоровье.

Отношение человека, ведущего здоровый образ жизни, к вредным привычкам.

Первая медицинская помощь и правила ее оказания

Первая помощь при различных видах повреждений.

Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах, отравлениях (практическое занятие).

Планируемые результаты:

- умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата);
- использование элементов причинно-следственного и структурно – функционального анализа;
- поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа;

- освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде; к личному здоровью, как индивидуальной, так и общественной ценности; к безопасности личности, общества и государства;
- овладение умениями: предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и план своих действий в конкретной опасной ситуации, с учетом реальной обстановки и своих возможностей.

тематическое планирование
5 класс, 34 часа, 1 час в неделю

№ п/п	Тематическое планирование	Дата проведения	
		план	факт
Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (22 ч)			
<i>Раздел 1. Основы комплексной безопасности (15ч)</i>			
1	Человек, среда его обитания, безопасность человека (5 ч)		
1.1.	Безопасное поведение на улице и дома. Безопасный путь в школу и домой.	5.09	
1.2.	Дорожное движение и его участники.	11.09	
1.3	Дорога и ее составные части.	21.09	
1.4.	Дорожные знаки.	28.09	
1.5	Сигналы светофора и регулировщика.	5.10	
2	Опасные ситуации природного характера(6 ч.)		
2.1.	Безопасное поведение на воде. Особенности состояния водоемов.	19.10	
2.2.	Основные меры безопасного поведения на водоемах.	26.10	
2.3.	Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах.	2.11	
2.4.	Способы и средства спасения утопающих.	9.11	
2.5.	Оказание самопомощи, терпящим бедствие на воде.	16.11	
2.6.	Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых условиях.	30.11	
3	Опасные ситуации природного характера (2ч.)		
3.1.	Опасные ситуации природного характера. Погодные условия и безопасность человека.	7.12	
3.2.	Опасные ситуации природного характера.	14.12	
4	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (2ч.)		
4.1.	Погодные условия и безопасность человека.	21.12	
4.2.	Первая помощь пострадавшему. Безопасность на водоемах.	28.12	
5	Опасные ситуации природного, социального характера, антиобщественное поведение (3 ч)		
5.1.	Чрезвычайные ситуации природного характера.	11.01	
5.2.	Чрезвычайные ситуации техногенного характера.	18.01	
5.3.	Антиобщественное поведение. Обеспечение личной безопасности.	25.01	
6	Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства (4ч)		
6.1.	Обеспечение личной безопасности.	1.02	
6.2.	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения.	8.02	
6.3.	Виды экстремистской и террористической деятельности.	15.02	
6.4.	Виды экстремистской и террористической деятельности.	1.03	
Модуль 2. Основы здорового образа жизни и медицинских знаний (13ч)			
<i>Раздел 3. Основы здорового образа жизни (5ч)</i>			
7	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни (3ч)		
7.1.	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение.	7.03	
7.2.	О здоровом образе жизни.	14.03	
7.3.	Двигательная активность и закаливание организма- условие	22.03	

	укрепления организма.		
8	Факторы, разрушающие здоровье (2ч)		
8.1.	Рациональное питание. Гигиена питания.	29.03	
8.2.	Факторы, разрушающие здоровье человека.	5.04	
<i>Раздел 4. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (8ч)</i>			
9	Первая помощь и правила ее оказания (8ч)	19.04	
9.1.	Первая помощь при различных видах повреждений.	26.4	
9.2.	Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах (практическое занятие).	8.05	
9.3.	Первая помощь при отравлениях (практическое занятие).	17.05	
10	<i>Обобщение пройденного материала за курс 5 класса</i>	24.05	