

Рабочая программа по предмету
«Культура безопасности жизнедеятельности»
для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья

Личностные результаты освоения основной адаптированной образовательной программы:

1. развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
2. формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
3. воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметные результаты освоения основной адаптированной образовательной программы:

Регулятивные УУД:

- Определять цель деятельности на уроке с помощью учителя и самостоятельно.
- Учиться обнаруживать и формулировать учебную проблему совместно с учителем.
- Учиться планировать учебную деятельность на уроке.
- Высказывать свою версию, пытаться предлагать способ её проверки.
- Работая по предложенному плану, использовать необходимые средства (учебник, простейшие приборы и инструменты).
- Определять успешность выполнения своего задания в диалоге с учителем.

Познавательные УУД:

- Ориентироваться в своей системе знаний: понимать, что нужна дополнительная информация (знания) для решения учебной задачи в один шаг.
- Делать предварительный отбор источников информации для решения учебной задачи.
- Добывать новые знания: находить необходимую информацию как в учебнике, так и в предложенных учителем словарях и энциклопедиях
- Добывать новые знания: извлекать информацию, представленную в разных формах (текст, таблица, схема, иллюстрация и др.).
- Перерабатывать полученную информацию: наблюдать и делать самостоятельные выводы.

Коммуникативные УУД:

- Донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- Слушать и понимать речь других.
- Вступать в беседу на уроке и в жизни.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.

Предметные результаты освоения основной адаптированной образовательной программы:

Обучающиеся научатся:

1. В познавательной сфере:

- знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

2. В ценностно-ориентационной сфере

- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

3. В коммуникативной сфере:

- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в беседе, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях

Основное содержание курса

Раздел 1 Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся – 16 часов

Тема 1. Противопожарная безопасность – 3 часа

Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и последствия. Профилактика пожаров в повседневной жизни, и организация защиты населения. Права и обязанности и ответственности граждан в области пожарной безопасности.

Тема 2. Безопасное поведение на улицах и дорогах – 3 часа

Безопасность на дорогах. Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизма людей. Организация дорожного движения, обязанности пешеходов и пассажиров. Велосипедист - водитель транспортного средства.

Тема 3. Безопасное поведение на водоемах – 4 часа

Безопасное поведение на водоемах в различных условиях. Безопасный отдых на водоемах. Оказание помощи терпящим бедствие на воде.

Тема 4. Безопасное поведение на природе – 3 часа

Ориентирование на местности. Понятие ориентира. Определение сторон горизонта по компасу, по солнцу и местным предметам. Безопасная переправа через водную преграду. Костер. Меры пожарной безопасности при разведении костра.

Тема 5. Предупреждение бытового травматизма – 3 часа

Основные причины травматизма у детей. Правила поведения в помещениях. Правила пользования электробытовыми приборами. Опасные шалости и игрушки. Профилактика возможных опасных ситуаций в быту. Опасная высота. Как правильно пользоваться огнетушителем.

Раздел 2 Основы здорового образа жизни – 10 часов

Тема 1. Основные понятия - «здоровье» и «здоровый образ жизни» - 3 часа

Понятие здоровья и факторах, влияющие на него. Основы здорового образа жизни и безопасность человека. Режим дня. Двигательная активность. Здоровое питание. Профилактика пищевых отравлений. Инфекционные болезни. Пути передачи инфекционных заболеваний. Профилактика инфекционных заболеваний.

Тема 2. Пути укрепления здоровья –7 часов

Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика. Курение и его влияние на состояние здоровья. Алкоголь и его влияние на умственную и физическую работоспособность человека. Профилактика вредных привычек. Взаимосвязь здоровья и здорового образа жизни. Личная и общественная гигиена.

Раздел 3. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи – 5 часов

Основные виды травм у школьников, первая медицинская помощь Основные виды травм: переломы, вывихи и растяжения связок. Когда следует вызывать «скорую помощь» и порядок ее вызова. Кровотечение, первая медицинская помощь. Ушибы, сотрясение мозга, попадание инородных тел в глаз, ухо, нос — первая медицинская помощь. Первая медицинская помощь при укусах насекомых, собак, кошек. Кровотечения из носа — оказание первой медицинской помощи. Практические занятия по отработке навыков оказания первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при наружном кровотечении. Правила обработки ран. Перевязка ран. Оказание первой помощи при ожогах и обморожении. Оказание первой помощи при отравлениях.

Раздел 4. Защита человека в чрезвычайных ситуациях – 3 часа

ЧС мирного и военного времени (аварии, катастрофы, военные конфликты). ЧС – что это? Правила поведения при ЧС. Уроки городской безопасности. Основные мероприятия ГО по защите населения. Городские службы спасения. МЧС. Умение преодолевать страх.

Тематическое планирование

№ п/п Наименование разделов, тем Количество Основные виды учебной деятельности

часов

1 раздел

Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся – 16 часов

Противопожарная безопасность – 3 часа

1	Противопожарная безопасность. Вводное занятие. Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и последствия	1	Овладеть навыками осторожного обращения с огнём; научиться разговаривать по телефону. Сформировать правила безопасного поведения.
2	Профилактика пожаров в повседневной жизни, и организация защиты населения	1	
3	Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности	1	

Безопасное поведение на улицах и дорогах – 3 часа

4	Безопасность на дорогах. Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизма людей	1	Обобщить изученные знания. Определить безопасный путь в школу. Сформировать правила безопасного поведения на улицах города. Усвоить правила катания на велосипедах, меры безопасности, почему на улице опасно. Анализировать ситуации на дорогах
5	Организация дорожного движения, обязанности пешеходов и пассажиров	1	
6	Велосипедист - водитель транспортного средства	1	

Безопасное поведение на водоемах – 4 часа

7	Безопасное поведение на водоемах в различных условиях	1	Выработать правила поведения на воде, обсудить правила поведения.
8	Проверочная работа за I четверть	1	Выполнять предложенные тесты
9	Безопасный отдых на водоемах	1	Выработать правила поведения на воде. Формировать умения пользоваться правилами поведения на воде;
10	Оказание помощи терпящим бедствие на воде	1	

Безопасное поведение на природе – 3 часа

11	Ориентирование на местности. Понятие ориентира.	1	Вырабатывать умение правильно вести себя в природе. Объяснять лесные опасности. Работать с компасом. Закрепить навыки поведения при обращении с огнём.
12	Определение сторон горизонта по компасу, по солнцу и местным предметам.	1	
13	Костер. Меры пожарной безопасности при разведении костра.	1	

Предупреждение бытового травматизма – 3 часа

14	Основные причины травматизма у детей. Правила поведения в помещениях. Правила пользования электробытовыми приборами. Опасные шалости и игрушки.	1	Приучиться к безопасному поведению в быту. Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности. Выработка навыков проведения игр, соблюдение правила поведения. Классифицировать виды бытовых травм. Рассмотреть способы предохранения от бытовых травм.
15	Профилактика возможных опасных ситуаций в быту. Опасная высота. Как правильно пользоваться огнетушителем.	1	
16	Проверочная работа за II четверть	1	Выполнять предложенные тесты

Раздел 2

Основы здорового образа жизни – 9 часов

Основные понятия - «здоровье» и «здоровый образ жизни» - 3 часа

17	Понятие здоровья и факторах, влияющие на него. Основы здорового образа жизни и безопасность человека.	1	Усвоить понятия о здоровом образе жизни. Соблюдать режим дня, правила поведения, употребление витаминов, гигиену питания;
18	Режим дня. Двигательная активность. Здоровое питание.	1	Познакомиться с режимом дня, обеспечивающим здоровье человека. Составить свой режим дня на будни и выходной день. Закрепить знания о полноценном питании как факторе роста и развития школьника, его здоровья. Объяснять роль витаминов в развитии организма человека.
19	Профилактика пищевых отравлений. Инфекционные болезни. Пути передачи инфекционных заболеваний. Профилактика инфекционных заболеваний.	1	Знать причины отравлений различными веществами, методы оказания первой помощи при отравлениях. Активизировать словарь понятиями «инфекционная болезнь», «вакцина», «иммунитет», «прививка».
Пути укрепления здоровья – 7 часов			
20	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика.	2	Расширить знания о вреде на организм курения и алкоголя, о составе табачного дыма, признаки курящего человека. Влияние табачного дыма на организм человека (особенно ребенка). Объяснить учащимся об отрицательном воздействии алкоголя на органы человека
21	Курение и его влияние на состояние здоровья.	1	
22	Алкоголь и его влияние на умственную и физическую работоспособность человека. Профилактика вредных привычек.	1	
23	Взаимосвязь здоровья и здорового образа жизни.	1	
24	Личная и общественная гигиена.	1	
25	Проверочная работа за III четверть	1	Выполнять предложенные тесты
Раздел 3			
Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи – 5 часов			
26	Основные виды травм у школьников, первая медицинская помощь Основные виды травм: переломы, вывихи и растяжения связок.	1	Знать понятия «травма». Познакомиться с видами травм, правилами оказания первой помощи при ушибах, вывихах, растяжении.
27	Когда следует вызывать «скорую помощь» и порядок ее вызова. Кровотечение, первая медицинская помощь. Ушибы, сотрясение мозга, попадание инородных тел в глаз, ухо, нос — первая медицинская помощь.	1	Познакомить с правилами оказания первой помощи при наружном кровотечении, ушибах, попадании инородного тела в глаз, ухо, нос.

28	Первая медицинская помощь при укусах насекомых, собак, кошек. Кровотечения из носа — оказание первой медицинской помощи. Практические занятия по отработке навыков оказания первой медицинской помощи.	1	Усвоить практически правила оказания первой помощи при укусах насекомых. Знать правила оказания первой помощи при укусах животных. Усвоить правила безопасности при обращении с животными. Расширить знания о правилах оказания первой помощи при кровотечении
29	Первая медицинская помощь при наружном кровотечении. Правила обработки ран. Перевязка ран.	1	Знать правила оказания первой помощи при наружном кровотечении, знания о правилах обработки ран и перевязки ран
30	Оказание первой помощи при ожогах и обморожении. Оказание первой помощи при отравлениях.	1	Познакомить с правилами оказания первой помощи при ожогах и обморожении, с навыками оказания первой помощи при отравлениях

Раздел 4

Защита человека в чрезвычайных ситуациях – 4 часа

31	ЧС мирного и военного времени (аварии, катастрофы, военные конфликты). ЧС – что это? Правила поведения при ЧС.	1	Применять правила поведения в чрезвычайных ситуациях. Владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
32	Уроки городской безопасности. Основные мероприятия ГО по защите населения.	1	
33	Городские службы спасения. МЧС. Умение преодолевать страх.	1	
34	Годовая проверочная работа	1	
			Выполнять предложенные тесты

№ раздела	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Количество		
			теоретической части	практических работ	контрольных работ
Раздел 1	Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся	16	11	3	2
	Тема 1. Пожарная безопасность	3	3		
	Тема 2. Безопасное поведение на улицах и дорогах	3	3		
	Тема 3. Безопасное поведение на водоемах	4	2	1	1
	Тема 4. Безопасное поведение на природе	3	2	1	
	Тема 5. Предупреждение бытового травматизма	3	1	1	1
Раздел 2.	Основы здорового образа жизни	9	6	2	1
	Тема 1. Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни»	3	2	1	
	Тема 2. Пути укрепления здоровья	6	4	1	1
Раздел 3.	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	6	2	4	
Раздел 4.	Защита человека в чрезвычайных ситуациях	3	1	1	1
Итого:		34	20	10	4

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 479392069178180993905932985988858338549683813634

Владелец Седых Ирина Ивановна

Действителен с 29.03.2023 по 28.03.2024