

Рабочая программа по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» определяет объем содержания образования по предмету, планируемые результаты освоения предмета, распределение учебных часов по учебным темам предмета. Рабочая программа разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), приказ Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 г. № 1599, учебного плана, с учетом примерной адаптированной основной общеобразовательной программы по физической культуре (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15).

На изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5 классе отводится 34 часа в год (1 час в неделю, 34 учебные недели).

Планируемые результаты 5 класс.

В соответствии с требованиями к результатам освоения Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), Федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) обучение направлено на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты освоения АООП должны *отражать*:

- осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
- овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
- владение навыками коммуникации и принятыми нормами социального взаимодействия;
- способность к осмыслению социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;
- принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;
- развитие навыков сотрудничества с взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям;
- формирование готовности к самостоятельной жизни.

Предметные результаты по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»:

Минимальный и достаточный уровни усвоения предметных результатов по учебному предмету «Основы безопасности» на конец обучения 5 класса:

Минимальный уровень:	Достаточный уровень:
<ul style="list-style-type: none">• знать и соблюдать правила безопасного поведения, права и обязанности пешехода;• знать и соблюдать правила безопасного поведения в транспорте, обязанности пассажира;	<ul style="list-style-type: none">• соблюдать правила передвижения пешехода (тротуар, проезжая часть);• знать обозначение знаков дорожного движения, регулирующих движение пешехода, выполнять их;

- знать и соблюдать правила движения велосипедистов (проезжая часть, велодорожка, тротуар, дорожные знаки, регулирующие движение велосипедиста).

- знать возможные опасные и аварийные ситуации в городской и сельской местности, источники их возникновения,

- знать правила безопасного поведения в возникшей чрезвычайной и опасной ситуации, избежание данных ситуаций;

- знать основные службы безопасности, номера телефонов для их вызова,

- уметь позвонить в пожарную часть, полицию, скорую помощь для получения помощи;

- знать о телефоне доверия, его назначении и помощи, которую по нему можно получить

- о правилах безопасного обращения с личными деньгами,

- знать о правилах пользования банковской картой

- знать о значении персональных данных, правилах их хранения и защиты,

- соблюдать правила общения в социальных сетях.

- знать и соблюдать правила безопасного поведения на улице, дома

- уметь попросить помощи при возникновении опасной ситуации социального характера

- уметь находить выход из опасных ситуаций, которые могут возникнуть на улице, в общественном месте, при отсутствии взрослых

- знать способы очистки воды в домашних условиях и уметь выполнять их под руководством педагога,

- знать правила поддержания чистоты в домашних условиях, выполнять ежедневную влажную уборку помещения,

- способы утилизации мусора.

- называть и уметь определять виды общественного транспорта, соблюдать правила поведения в них;

- уметь самостоятельно передвигаться по маршруту «школа – дом», с соблюдением правил дорожного движения и мер безопасности.

- знать причины возникновения и виды опасных ситуаций в доме (квартире), уметь предупреждать их, безопасно действовать при их возникновении;

- правила безопасности при обнаружении возгорания (что нельзя делать, как себя вести, что делать, если помещение задымлено, действия, если нельзя покинуть место пожара)

- уметь пользоваться подручными и первичными средствами пожаротушения

- соблюдать меры предосторожности при использовании бытовых электроприборов;

- уметь пользоваться с соблюдением правил безопасности средствами бытовой химии;

- знать об опасности бытового газа, соблюдать меры предосторожности при его использовании, уметь выполнять последовательность действий при обнаружении запаха газа в помещении

- знать и соблюдать условия хранения продуктов питания,

- знать об опасности нахождения и правилах безопасности в большом количестве людей,

- знать о мерах предосторожности при обращении с домашними животными (собакой), правила поведения при нападении собаки

- уметь планировать рациональное расходование личных денег,

- знать о рисках, возникающих при передаче денег в долг, при возврате долгов

- иметь представление о мобильных банковских приложениях

- знать и уметь выполнять защиту своих персональных данных при пользовании мобильными приложениями

- знать о значении логина и пароля при сохранении персональных данных,

- об опасности передачи доступа к персональным данным третьим лицам

- знать и уметь защитить свой профиль пользователя социальных сетях
- иметь представление о «Кибербуллинге», его признаках защите от него.
- знать об опасности сетевых игр, перехода по незнакомым ссылкам
- знать признаки безопасного сайта и уметь определить степень безопасности сайта
- знать о значении внешнего вида, походки, жестов человека
- уметь преодолевать страх, при возникновении опасной ситуации; проявлять уверенность и спокойствие
- правила поведения в опасных ситуациях
- 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;
- знать о правила собственного безопасного поведения на улице;
- знать об уровнях террористической опасности;
- знать и соблюдать правила безопасности при нахождении оставленных, бесхозных вещей
- соблюдать личную безопасность при угрозе и возникновении террористического акта
- знать о значении воды, почвы, воздуха для обеспечения безопасной жизнедеятельности человека,
- знать основные причины загрязнений почвы, воздуха, воды и их влияния на здоровье человека,
- уметь самостоятельно поддерживать чистоту в помещениях, убирать мусор,
- самостоятельно выполнять очистку воды путем отстаивания и кипячения.

Содержание курса (5 класс)

Введение

Вводное занятие.

Дорожная безопасность

Дорожное движение, знаки дорожного движения. Пешеход. Безопасность пешехода. Пассажир. Безопасность пассажира. Безопасный маршрут в школу, домой. Велосипед как транспортное средство.

Практическое занятие «Поездка в общественном транспорте».

Личная безопасность

Особенности города как среды обитания человека. Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта). Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире). Пожар. Средства пожаротушения. Электричество. Опасные вещества и продукты питания. Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи). Опасность толпы. Общение с домашними животными.

Финансовая безопасность

Личные (карманные) деньги. Безопасный банк в кармане.

Безопасность в интернете

Персональные данные пользователя. Общение в сети. Кибербуллинг. Сетевые игры, спамы, рассылки.

Практическое занятие «Мое безопасное общение в интернете».

Социальная безопасность

Основы самозащиты. Ситуации криминогенного характера в доме (квартире), подъезде. Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства. Практическое занятие «я дома один». Личная безопасность на улице, в общественном месте. Терроризм.

Практическое занятие: «я на улице один», «правила поведения при захвате в заложники».

Первая помощь и правила ее оказания

Первая помощь при различных видах повреждений. Первая помощь, общее положение по оказанию первой помощи. Ситуации, при которых следует немедленно вызывать скорую помощь, правила ее вызова. Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома.

Учебный план (5 класс)

№	Наименование раздела	Количество часов
1	Введение	1
2	Дорожная безопасность	8
3	Личная безопасность	8
4	Финансовая безопасность	2
5	Безопасность в интернете	5
6	Социальная безопасность	6
7	Первая помощь и правила ее оказания	4
	Итого	34

Промежуточная аттестация. Тест.

1. При наличии велосипедной дорожки...

- А) нужно ехать только по ней;
- Б) ехать только по тротуару;
- В) ехать по проезжей части;
- Г) ехать в крайнем левом ряду вместе с автомобилями;
- Д) верно все вышеуказанное.

2. Чего нельзя делать во время грозы?

- А) все ответы верные;
- Б) купаться в водоёмах;
- В) касаться металлических сооружений;
- Г) держать в руках длинные металлические предметы;
- Д) стоять рядом с высокими деревьями.

3. В какое время года реки и озёра опасны?

- А) в любое время года;
- Б) весной;
- В) зимой;
- Г) летом;
- Д) осенью.

4. Чрезмерное понижение температуры тела человека под воздействием холода – это...

- А) переохлаждение;
- Б) болевой шок;
- В) отморожение;
- Г) перелом;
- Д) обморок.

5. Сколько времени подросткам можно находиться у монитора компьютера?

- А) 60 мин;
- Б) 3 часа;
- В) 30 мин;
- Г) 6 часов;
- Д) сколько хочешь.

6. Что делать если укусил клещ?

- А) аккуратно расшатать и потянуть насекомое против часовой стрелки;
- Б) раздавить насекомое;
- В) залить кипятком;
- Г) приложить бинт с бензином;
- Д) смазать клеща вареньем.

7. Повреждение тканей организма, вызванное действием высокой температуры, называется ...

- А) ожогом;
- Б) отморожением;
- В) тепловым ударом;
- Г) ушибом;
- Д) разрывом связок.

8. Правила поведения на воде.

- А) купание в разрешённых местах;
- Б) плавание во время грозы;
- В) разрешено глубоко нырять и заплывать за буйки;
- Г) можно цепляться за судно;
- Д) можно купаться ночью.

9. Какой должна быть толщина льда, чтобы по нему можно было передвигаться человеку?

- А) не менее 10 см.;
- Б) не менее 15 см.;
- В) не менее 18 см.;
- Г) не менее 20 см.;
- Д) не менее 25 см.

10. Для чего человеку нужны витамины?

- А) витамины способствует нормальному росту и развитию организма;
- Б) это таблетки, стимулирующие бодрость;
- В) они заменяют еду человеку;
- Г) чтобы играть;
- Д) они не нужны.

Ключ к тесту: 1-А; 2-А; 3-А; 4-А; 5-А; 6-А; 7-А; 8-А; 9-А; 10-А;

Критерии оценивания

10-9 оценка 5

8-7-6 оценка 4

5-4 оценка 3