Приложение №

к адаптированной основной общеобразовательной программе образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальные нарушения)

МОУ «Бердюгинская СОШ», утвержденной приказом МОУ «Бердюгинская СОШ»

от 28.08.2019 № 74/3

**Рабочая программа**

**учебного предмета**

**«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ**

**ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

1-4 классы

д. Бердюгина,

2019 г

**Пояснительная записка**

Цель рабочей программы – формирование бережного отношения к человеку и его здоровью, выработка практических навыков безопасного поведения в социуме.

Главными **задачами** обучения по данной программе являются:

* развитие у детей чувства ответственности за свое поведение;
* развитие бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
* стимулирование у ребенка самостоятельности в принятии решений и выработка умений и навыков безопасного поведения в реальной жизни.

Реализация программы позволит:

* привить учащимся начальные знания, умения и навыки в области безопасности жизни;
* сформировать у детей научно обоснованную систему понятий основ безопасности жизнедеятельности;
* выработать необходимые умения и навыки безопасного поведения в повседневной жизни в случае возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций.

**Описание места учебного предмета в учебном плане.**

Предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» являетсячастью учебного плана, формируемого участниками образовательныхотношений в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Часть учебного плана общего образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), формируемого участниками образовательныхотношений отводит на изучение предмета «основы безопасности жизнедеятельности» во 2 классе 68 часов в год, в 3 классе 68 часов, в 4 классе 68 часов (34 недели по 2 часа в неделю),

#### Требования к результатам освоения учебного предмета

#### «Основы безопасности жизнедеятельности»

**в 2-4 классах**

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009г. №373) данная рабочая программа направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов

***Личностные результаты***

* адаптация учащихся к условиям обучения;
* формирование элементарных навыков уважительного отношения к чужому мнению;
* принятие социальной роли ученика, развитие предпосылки учебной деятельности;
* формирование коммуникативных умений и социальных контактов с окружающими людьми, адекватного поведения в социуме;
* формирование элементарных практических знаний об окружающем природном и социальном мире, способствующих социальной реабилитации и адаптации;
* формирование социально-бытовых, трудовых умений и навыков, обеспечивающих безопасную жизнедеятельность
* формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, бережному отношению к материальным ценностям.

#### Метапредметные результаты

* освоение начальных норм познавательной и личностной рефлексии;
* формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
* обобщение объектов по существенным признакам;
* умение сравнивать объекты по нескольким признакам;
* умение устанавливать причинно-следственные связи;
* готовность слушать собеседника и вести диалог;
* способность к взаимопомощи;
* осуществление учебного сотрудничества с учителем.

***Базовый уровень.***

***Учащиеся к концу обучения в начальной школе***

***должны знать:***

* правила перехода дороги, перекрестка; виды транспортных средств;
* правила движения на велосипедах;
* правила безопасного поведения при следовании железнодорожным, водным и авиационным транспортом, обязанности пассажира;
* правила движения пешеходов по загородной дороге;
* обязанности пассажиров;
* правила посадки и высадки из транспортного средства;
* правила поведения при возникновении пожара в общественных местах, в общественном транспорте;
* источники возможной опасности и опасные ситуации, которые могут возникнуть дома;
* меры безопасности при пользовании в быту предметами бытовой химии, электрическими и газовыми приборами, печным отоплением;
* признаки отравления угарным газом, меры профилактики отравлений;
* правила обеспечения сохранности личных вещей;
* как оповещаю население о чрезвычайных ситуациях;
* о чрезвычайных ситуациях природного характера: ураган, снегопад, метель, наводнение, землетрясение их последствия.
* правила безопасного поведения в лесу, в поле, у водоема;
* ядовитые растения грибы, ягоды;
* основные термины и понятия, относящиеся к здоровью и здоровому образу жизни;
* правила поведения на пляже.
* основные правила поведения на воде, при купании, при отдыхе у воды, при катании на лодке; способы и средства спасения утопающих; основные спасательные средства;
* как ориентироваться на местности;
* как организовать безопасную переправу через водную преграду;
* меры пожарной безопасности при разведении костра;
* когда следует вызывать «скорую помощь» и порядок ее вызова;
* основные понятия - «здоровье», «здоровый образ жизни»; факторы, влияющие на состояние здоровья (курение, алкоголь, токсикомания).

***иметь представление:***

* об опасных погодных явлениях, наиболее характерных для региона проживания;
* правила безопасного поведения на улицах. Где можно и где нельзя играть;
* об опасности на водоемах.

***должны уметь:***

* правильно вести себя на водоеме зимой;
* уметь правильно вести себя при встрече с опасными животными и насекомыми.
* правильно переходить дороги при высадке из транспортных средств
* переходить дорогу, перекресток;
* различать сигналы светофора;
* правильно садиться и выходить из общественного транспорта;
* двигаться по загородной дороге, в том числе группой;
* правильно вести себя при возникновении пожара в общественном месте или в общественном транспорте;
* разговаривать с незнакомыми людьми при звонке в дверь или по телефону;
* соблюдать меры безопасности при пользовании предметами бытовой химии, электрическими, газовыми приборами и печным отоплением;
* оказать первую помощь при отравлении угарным газом;
* действовать при обнаружении загорания в лесу, в поле.
* ориентироваться на местности: определить стороны горизонта по компасу и местным предметам. Завязать 1 -2 вида узлов, развести и погасить костер;
* вызвать «скорую помощь», оказать первую доврачебную помощь при порезах и ссадинах, ушибе, небольшом ожоге, при попадании инородного тела в глаз, ухо и нос, при укусе насекомыми, собакой, кошкой, при кровотечении из носа;
* оказать первую помощь при травме опорно-двигательного аппарата (кисти рук, бедра, колена).

***Развитие жизненной компетенции проявляется в:***

* умении адекватно оценивать свои силы, понимать, что можно и чего нельзя: в еде, в физической нагрузке и т.п.;
* умении пользоваться личными адаптивными средствами в разных ситуациях (очки, кресло, слуховой аппарат и т.п.);
* умении адекватно выбрать взрослого и обратиться к нему за помощью, точно описать возникшую проблему («У меня болит…», «Сладкие фрукты мне нельзя» и т.п.);
* умении обратиться ко взрослому при затруднениях в учебном процессе («Мне не видно», «Можно я пересяду», «Повторите пожалуйста» и т.п.);
* овладении навыками коммуникации;
* овладении социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;
* представлении об устройстве домашней жизни, умеет включаться в разнообразные повседневные дела;
* представлении об устройстве школьной жизни;
* умении ориентироваться в школьном пространстве;
* умениивключаться в разнообразные школьные дела;
* умении начать и поддержать разговор, задать вопрос, выразить намерения, завершить разговор;
* использовании вещи в соответствии с их функциями;
* уменииадекватно вести себя в быту с точки зрения безопасности для себя и окружающих;
* знании правил поведения в разных социальных ситуациях с людьми разного статуса (в семье, в школе, в транспорте, в магазине и т.д.);
* умении адекватно использовать социальные ритуалы;
* умении не быть назойливым в своих просьбах и требованиях.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»  ВО 2 КЛАССЕ**

Обучающиеся должны:

**Личностные:**

- осознавать себя гражданами страны, учениками, членами семьи;

- осознавать себя членами ученического коллектива;

- адаптироваться к условиям обучения;

- обладать духовными и физическими качествами, обеспечивающими защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

**Метапредметные**:

- уметь планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;

- уметь обобщать объекты по существенным признакам;

-уметь сравнивать объекты по нескольким признакам;

- уметь слушать собеседника и вести диалог;

- владеть умениями формулировать личные понятия о безопасности;

- владеть умениями анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;

- владеть умениями обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;

-владеть умениями выявлятьпричинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;.

**Предметные**:

*в познавательной сфере*:

- иметь представление об опасных и чрезвычайных ситуациях;

- иметь представление о влиянии последствий чрезвычайных ситуаций на безопасность личности, общества и государства;

- иметь представление о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций;

- иметь представление об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

*в ценностно-ориентационной сфере*:

- уметь предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

*в коммуникативной сфере:*

- уметь информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»  В 3 КЛАССЕ**

Обучающиеся должны:

**Личностные:**

- уважительно относиться к чужому мнению, уметь контактировать с окружающими людьми, адекватно вести себя в социуме;

- иметь социально-бытовые, трудовые умения и навыки, обеспечивающие безопасную жизнедеятельность

**Метапредметные**:

- способствовать взаимопомощи;

-владеть навыками самостоятельного определения цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- уметь воспринимать и перерабатывать информацию в целях личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

- иметь опыт самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности.

**Предметные**:

*в познавательной сфере*

- иметь представление о здоровом образе жизни;

-уметь оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;

*в ценностно-ориентационной сфере*:

- уметь применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

*в коммуникативной сфере:*

- уметь отстаивать свою точку зрения.

**ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»  В 4 КЛАССЕ**

Обучающиеся должны:

**Личностные:**

- иметь потребности в соблюдении норм здорового образа жизни, осознанного выполнения правил безопасности жизнедеятельности;

- иметь ответственное отношение к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

**Метапредметные**:

- стремиться к учебному сотрудничеству с учителем.

- уметь выражать свои мысли и иметь способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

- уметь действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

- уметь взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

**Предметные**:

*в познавательной сфере*:

-иметь представление о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

*в ценностно-ориентационной сфере*:

- уметь анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

*в коммуникативной сфере:*

- уметь находить компромиссное решение в различных ситуациях.

Календарно-тематический план

по основам безопасности жизнедеятельности

2 класс (68 часов)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Название раздела, темы** | **Кол-во часов** |
|  | **Защита человека в чрезвычайных ситуациях** | **10** |
| 1-2 | Какими бывают чрезвычайные ситуации? | 2 |
| 3-2 | Сигнал"Внимание всем" | 2 |
| 5-6 | Чрезвычайные ситуации природного происхождения. | 2 |
| 7-8 | Наводнения. Причины наводнений. Мероприятия по защите от наводнений. | 2 |
| 9-10 | Меры безопасности и правила поведения в условиях землетрясения. | 2 |
|  | **Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи** | **22** |
| 11-12 | Человек-часть природы. | 2 |
| 13-14 | Болезни, их причина, связь с образом жизни. | 2 |
| 15-16 | Из чего состоит тело человека? | 2 |
| 17-18 | Органы дыхания. | 2 |
| 19-20 | Болезни и их возможные причины. | 2 |
| 21-22 | Как путешествуют болезни? | 2 |
| 23-24 | Заноза, кровотечение, укус, ушиб. | 2 |
| 25-26 | Первая медицинская помощь при царапине, ссадине, порезе. | 2 |
| 27-28 | Отравления. Причины отравлений. | 2 |
| 29-30 | Признаки отравлений. Первая помощь при пищевых отравлениях. | 2 |
| 31-32 | Первая медицинская помощь при небольшом ожоге, обморожении. | 2 |
|  | **Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся** | **33** |
| 33-34 | Чистый воздух, его значение для здоровья человека, причины загрязнения. | 2 |
| 35-36 | Чем опасны водоемы зимой. Меры предосторожности при движении по льду водоемов. | 2 |
| 37-38 | Правила безопасного поведения в лесу, в поле, у водоема. | 2 |
| 39-40 | Как ориентироваться в лесу. | 2 |
| 41-42 | Опасные ситуации в природе: дождь, гроза, снегопад и др. Правила поведения. | 2 |
| 43-44 | Ядовитые растения, грибы, ягоды. Меры безопасности. | 2 |
| 45-46 | Опасные животные и насекомые. Правила поведения при встрече с ними. Меры предосторожности. | 2 |
| 47-48 | Движение пешеходов по дорогам. Элементы дорог. | 2 |
| 49-50 | Правила перехода дорог. Перекрестки. | 2 |
| 51-52 | Дорожные знаки. Сигналы светофора и регулировщика. | 2 |
| 53-54 | Правила перехода дорог при высадке из транспортного средства. | 2 |
| 55-56 | Обязанности пассажира. | 2 |
| 57-58 | Безопасная поза при аварийной ситуации в транспорте. | 2 |
| 59-60 | Безопасное поведение на улицах и дорогах. | 2 |
| 61-62 | Правила купания в оборудованных и необорудованных местах. | 2 |
| 63-64 | Правила поведения на пляже. | 2 |
| 65-66 | Безопасное поведение на улицах и дорогах Где можно и где нельзя играть. | 2 |
| 67-68 | Повторение. | 2 |
| **Итого:** | | **68** |

Календарно-тематический план

по основам безопасности жизнедеятельности

3 класс (68 часов)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Название раздела, темы** | **Кол-во**  **часов** |
|  |
|  | **Раздел 1. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся.** | **18** |
|  | ***Тема 1. Безопасное поведение на улицах и дорогах.*** | **14** |
| 1-2 | Движение пешеходов по дорогам. Сигналы светофора. | 2 |
| 3-2 | Элементы дорог. Дорожная разметка. | 2 |
| 5-6 | Перекрестки. Их виды. Экскурсия. | 2 |
| 7-8 | Виды транспортных средств: специальные и маршрутные транспортные средства. | 2 |
| 9-10 | Безопасность пассажиров. Обязанности пассажиров. | 2 |
| 11-12 | Правила посадки и высадки из транспортных средств. | 2 |
| 13-14 | Поведение при угрозе и во время аварии на дорогах. | 2 |
|  | ***Тема 2. Пожарная безопасность и поведение при пожарах.*** | **4** |
| 15-16 | Пожар в общественных местах, причины пожара. Правила поведения при пожаре. | 2 |
| 17-18 | Пожар в общественном транспорте, правила поведения. | 2 |
|  | ***Тема 3. Безопасное поведение дома.*** | **10** |
| 19-20 | Лифт - наш домашний транспорт. | 2 |
| 21-22 | Меры безопасности при пользовании предметами бытовой химии. | 2 |
| 23-24 | Профилактика отравлений. | 2 |
| 25-26 | Соблюдение мер безопасности при пользовании электроприборами в быту. | 2 |
| 27-28 | Соблюдение мер безопасности при пользовании газовыми приборами и печным отоплением. | 2 |
|  | **Раздел 4. Защита человека в чрезвычайных ситуациях.** | **4** |
| 29-30 | Чрезвычайные ситуации природного происхождения: землетрясение, снегопад, метель. | 2 |
| 33-34 | Меры безопасности и правила поведения в условиях землетрясения. | 2 |
|  | **Раздел 1. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся.** | **12** |
|  | ***Тема 4. Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера.*** | **12** |
| 35-36 | Правила обеспечения сохранности личных вещей. | 2 |
|  | Защита квартиры (дома) от воров и грабителей. | 2 |
| 37-38 | Звонок (стук) в дверь, правила поведения. | 2 |
| 39-40 | Звонок (беседа) по телефону, правила. | 2 |
| 41-42 | Опасные ситуации, которые могут возникнуть при общении с незнакомыми людьми. | 2 |
| 43-44 | Особенности поведения с незнакомыми людьми. | 2 |
|  | **Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи.** | **8** |
|  | ***Тема 1. Первая медицинская помощь при отравлении газами.*** | **8** |
| 45-46 | Отравления. Их причины и признаки. | 2 |
| 47-48 | Причины отравлений газообразными или вдыхаемыми токсическими веществами. | 2 |
| 49-50 | Профилактика отравлений. | 2 |
| 51-52 | Признаки отравления угарным газом. Первая помощь при отравлении угарным газом. | 2 |
|  | **Раздел 4. Защита человека в чрезвычайных ситуациях.** | **12** |
|  | ***Тема 1. Защита человека в чрезвычайных ситуациях*** | **8** |
| 53-54 | Чрезвычайные ситуации природного происхождения: ураган, наводнение и их последствия. | 2 |
| 55-56 | Мероприятия по защите от чрезвычайных происшествий природного характера: урагана, наводнения. | 2 |
| 57-58 | Меры безопасности и правила поведения в условиях землетрясения. | 2 |
| 59-60 | Лесные пожары. | 2 |
| 61-62 | Действия школьников по предупреждению лесных пожаров. | 2 |
|  | ***Тема 2. Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения.*** | **2** |
| 63-64 | Организация оповещения населения о ЧС. | 2 |
|  | **Раздел 1. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся.** | **4** |
|  | ***Тема 1. Безопасное поведение на улицах и дорогах.*** | **4** |
| 65-66 | Повторение. Элементы дороги. Дорожная разметка. Правила перехода дорог. Правостороннее и левостороннее движение пешеходов. Движение пешехода по загородной дороге. | 2 |
| 67-68 | Повторение. | 2 |

**Календарно-тематический план**

**по основам безопасности жизнедеятельности**

**4 класс (68 часов)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | Название раздела, темы | Кол-во часов |
|  | Раздел I.Опасные ситуации в повседневной жизни. | **19** |
| 1-2 | Экскурсия «Мы пешеходы». | 2 |
| 3-4 | Дорожная разметка. | 2 |
| 5-6 | Правила перехода дорог. Перекрёстки. Экскурсия. | 2 |
| 7-8 | Велосипед на улицах города. | 2 |
| 9-10 | Службы ГИБДД и ДПС. | 2 |
| 11-12 | Светофор. | 2 |
| 13-14 | Железнодорожный транспорт. Переезды. | 2 |
| 15-16 | Обязанности пассажиров. | 2 |
| 17-18 | Безопасное поведение на природе. | 2 |
|  | **Раздел I.Опасные ситуации в повседневной жизни.** | **2** |
| 19-20 | Ориентировка на местности. Компас.  Меры безопасности и правила поведения в условиях землетрясения. | 2 |
|  | Раздел II. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи. | **8** |
| 21-22 | Кровотечение, первая медицинская помощь. Кровотечение из носа. Практическое занятие. | 2 |
| 23-24 | Инородное тело. Первая медицинская помощь. | 2 |
| 25-26 | Травма кисти рук, колена, бедра. Первая помощь. | 2 |
| 27-28 | Первая помощь при ожогах и обморожениях. | 2 |
|  | Раздел I. Опасные ситуации  в повседневной жизни. | **2** |
| 29-30 | Какие опасности подстерегают в помещении. Меры безопасности и правила поведения в условиях землетрясения. | 1 |
| 31-32 | Твои действия при пожаре. Практическая работа. | 1 |
|  | Раздел III.Основы здорового образа жизни | **19** |
| 33-34 | Понятие о здоровье и факторах на него влияющих. | 2 |
| 35-36 | Если хочешь быть здоров - закаляйся. | 2 |
| 37-38 | Режим дня. | 2 |
| 39-40 | Наркотики и последствия. | 2 |
| 41-42 | Инфекция и пути передачи. | 2 |
| 43-44 | Здоровое питание, пищевые отравления. | 2 |
| 45-46 | Вредные привычки. Курение. | 2 |
| 47-48 | Алкоголь. | 2 |
| 49-50 | Токсикомания. | 2 |
| 51-52 | Обобщение по теме «Вредные привычки" | 1 |
|  | Раздел I .Опасные ситуации в повседневной жизни. | **18** |
| 53-54 | Разводим костёр. Меры безопасности при разведении костра. | 2 |
| 55-56 | Основные правила поведения на воде. | 2 |
| 57-58 | Спасаем утопающих. Основные спасательные средства. | 2 |
| 59-60 | Что делать, если тебя дразнят ребята. | 2 |
| 61-62 | Что делать, если к тебе пристаёт незнакомый человек. | 2 |
| 63-64 | Безопасность во дворе. | 2 |
| 65-66 | Телефон-«друг» человека. | 2 |
| 67-68 | Движение пешехода по загородной дороге. | 2 |
|  | Летние каникулы. ПДД. Повторение. | 2 |
| **Итого:** | | **68** |