

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Славская средняя общеобразовательная школа»

«Рассмотрено»  
Руководитель МО  
\_\_\_\_\_/ Гладкова Е.В. /  
Протокол № \_\_\_\_ от  
«3» июня 2021 г.

«Согласовано»  
Руководитель МС  
\_\_\_\_\_/ Ермоленко Е.В. /  
«4» июня 2021 г.

«Утверждаю»  
Директор школы  
\_\_\_\_\_/ Няура Р.А. /  
Приказ № 83/1  
«7» июня 2021 г.

Документ подписан электронной подписью  
Владелец: Няура Роман Антанасович  
Сертификат:  
20915967A27663F2B3D97B5F2DEA04EDCF215B9B  
Срок действия с 17.02.2021 до 17.05.2022

**Адаптированная рабочая программа по ОБЖ  
для обучающихся с задержкой психического развития**

**6 класс**

Составитель: Гришкевич Олег Валерьевич,  
учитель ОБЖ  
I квалификационная категория

г. Славск  
2021 год

## 1. Пояснительная записка

Срок реализации программы: 2021-2022 учебный год.

Данную рабочую программу реализует следующий УМК: «*Основы безопасности жизнедеятельности*», 6 класс – А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников Учебник. Просвещение, 2012.

В рабочей программе соблюдается преемственность с образовательными программами начального общего образования, 5 класса основного общего образования, в том числе и в использовании основных видов учебной деятельности обучающихся.

*Основная цель ОБЖ* в системе общего образования - обеспечить формирование базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности, способствовать выработке умений распознавать угрозы, избегать опасности, нейтрализовывать конфликтные ситуации, решать сложные вопросы социального характера, грамотно вести себя в чрезвычайных ситуациях.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в средней школе позволяет учащимся сформировать понимание и способность к предвидению ситуаций, опасных для человека, общества и окружающей среды, к жизнедеятельности, не создающей и предотвращающей такие ситуации, к рациональному поведению в случае их возникновения:

- изучить основы здорового образа жизни, обеспечивающего полноценное безопасное существование и реализацию способностей и запросов личности в повседневной жизни;
- ознакомиться с необходимыми индивидуальными мерами безопасности в повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера, с мероприятиями, проводимыми государством по защите населения;
- освоить правила и навыки защиты, позволяющие минимизировать возможный ущерб личности, обществу и окружающей среде в типовых опасных и чрезвычайных ситуациях;
- понять причины возникновения и масштабы новых опасностей для человечества от собственной жизнедеятельности;
- обобщить знания о тесной взаимосвязи сознания и жизнедеятельности личности и общества;
- представить совокупность мер безопасности личности, общества и государства на наступающем этапе постиндустриального развития цивилизации;
- в порядке профориентации ознакомиться с возможностями дальнейшего образования и работы в направлении обеспечения безопасности личности, общества и государства.

## 2. Общая характеристика учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».

В настоящей программе реализованы требования федеральных законов: «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «Об охране окружающей природной среды», «О пожарной безопасности», «О гражданской обороне» и др.

Содержание программы выстроено по трём линиям: обеспечение личной безопасности в повседневной жизни, оказание первой медицинской помощи, основы безопасного поведения человека в чрезвычайных ситуациях.

Объём содержания является достаточным для формирования у обучающихся на второй ступени общеобразовательной школы основных понятий в области безопасности жизнедеятельности.

В ходе изучения предмета обучающиеся получают знания о здоровом образе жизни, о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, их последствиях и мероприятиях, проводимых государством по защите населения. Большое значение придается также формированию здорового образа жизни и профилактике вредных привычек, привитию навыков по оказанию первой медицинской помощи пострадавшим.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной общеобразовательной школе направлен на достижение следующих целей:

- освоение знаний о здоровом образе жизни; об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
- развитие качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- воспитание чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- овладение умениями предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь.

### **Основные направления коррекционной работы при изучении учебного предмета «ОБЖ».**

1. Особенности психического развития детей указанной категории, прежде всего недостаточная сформированность мыслительных операций, обуславливают дополнительные коррекционные задачи, направленные на развитие мыслительной и речевой деятельности, на повышение познавательной активности детей, на создание условий осмысления выполняемой учебной работы.

В ходе обучения данной категории обучающихся будет решаться следующая коррекционно-развивающая задача - формирование коррекционно-развивающего пространства через:

- активизацию познавательной деятельности обучающихся;
  - повышение уровня их умственного развития;
  - нормализацию их учебной деятельности;
  - коррекцию недостатков эмоционально-личностного и социального развития;
- охрану и укрепление физического и нервно - психического здоровья; социально-трудовую адаптацию.

2. Для поддержания интереса к обучению и созданию благоприятных и комфортных условий для развития и восстановления эмоционально-личностной сферы детей рекомендуется осуществлять контроль знаний, умений и навыков

обучающихся с ЗПР с учетом возрастных особенностей и имеющихся у обучающихся специфических нарушений: индивидуальный и фронтальный опросы; работа по карточкам; исторический диктант; практическая работа; самостоятельные работы; тестовый контроль; составление таблицы; проверка домашней работы; опрос по вопросам презентации, просмотру учебного фильма; защита сообщений и проектов; экспресс-опрос; оценка планов тезисов; вопросы групповой работы

### **3. Место учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в учебном плане.**

«Основы безопасности жизнедеятельности» в основной школе изучается с 5 класса по 8 класс. Общее число учебных часов - 102, из них 17 час. (1 час в неделю) в 6 классе.

### **4. Ценностные ориентиры содержания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».**

- Усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- Усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов.

### **5. Планируемые результаты изучения учебного предмета « Основы безопасности жизнедеятельности».**

#### ***Личностные результаты:***

- Усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- Формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- Усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению

дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;

- Формирование целостного мировоззрения, соответствующих современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

- Формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

- Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;

- Развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

- Формирование коммуникативной компетентности в обращении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

- Формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;

- Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

- Формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

### ***Метапредметные результаты:***

- Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- Умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищенности, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действия в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;

- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

- Умения определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической деятельности), устанавливать причинно-следственные связи,

строить логические рассуждения, умозаключения (индуктивные, дедуктивные и по аналогии) и делать выводы;

- Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

- Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

- Формирование и развитие компетентности в области использования ИКТ;

- Освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;

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

***Предметные результаты:***

- 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 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;

- Понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

- Понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;

- Формирование установки на здоровый образ жизни, исключающей употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

- Формирование антиэкстремистской и антитеррористической личной позиции;

- Понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;

- Знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;

- Знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- Умение оказывать первую помощь пострадавшим;

- Умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, полученной из различных источников;

- Умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

### ***Прогнозируемые результаты изучения курса***

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности обучающийся получит возможность узнать: потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности; правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях; соблюдение мер пожарной безопасности в быту и на природе; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности; основные поражающие факторы при авариях на химических и радиационных объектах; правила поведения населения при авариях; классификация АХОВ по характеру воздействия на человека; организация защиты населения при авариях на радиационно-опасных объектах.

Обучающийся научится: предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам; принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций; действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности; пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

Кроме того, учащиеся получают возможность обладать компетенциями по использованию полученных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных условиях;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим;
- выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни.

### **Содержание изучаемого курса.**

#### **Модуль 1. «Основы безопасности личности, общества и государства»**

##### **Раздел 1. «Основы комплексной безопасности».**

##### **Тема 1. Подготовка к активному отдыху на природе.**

Природа и человек. Общение с живой природой - естественная потребность человека для развития своих духовных и физических качеств. Активный отдых на природе и необходимость подготовки к нему.

Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.

Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разведение

костра, заготовка топлива, приготовление пищи на костре.

Определение необходимого снаряжения для похода.

## **Тема 2. Активный отдых на природе и безопасность**

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.

Обеспечение безопасности в пешеходных и горных походах. Порядок движения походной группы. Выбор линии движения в пешем путешествии. Режим и распорядок дня похода. Преодоление лесных зарослей и завалов, движение по склонам, преодоление водных препятствий.

Подготовка и проведение лыжных походов, одежда и обувь туриста-лыжника, подбор и подготовка лыж. Организация движения, организация ночлегов. Меры безопасности в лыжном походе.

Водные походы. Подготовка к водному путешествию. Возможные аварийные ситуации в водном походе. Обеспечение безопасности на воде.

Велосипедные походы. Особенности организации велосипедных походов. Обеспечение безопасности туристов в велосипедном походе.

## **Тема 3. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности**

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и международном туризме. Акклиматизация человека в различных климатических условиях. Акклиматизация к холодному климату. Акклиматизация в условиях жаркого климата.

Акклиматизация в горной местности.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта (автомобилем, железнодорожным транспортом).

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным или воздушным видами транспорта.

## **Тема 4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде**

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономии. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. Сооружение временного укрытия из подручных средств. Добывание огня, обеспечение водой и пищей. Подача сигналов бедствия.

## **Тема 5. Опасные ситуации в природных условиях**

Опасные погодные условия и способы защиты от них. Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

## **Модуль 2. «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».**

### **Раздел 2. «Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи».**

#### **Тема 6. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях**

Вопросы личной гигиены и оказания первой медицинской помощи в природных условиях. Походная аптечка. Лекарственные растения.

Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и потерностях. Первая медицинская помощь при ушибах, вывихах, растяжениях связок.

Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах и отморожении. Первая медицинская помощь при ожогах. Практическая работа «Оказание первой помощи при термических и солнечных ожогах» Оказание

первой медицинской помощи при укусе ядовитой змеи. Первая медицинская помощь при укусах насекомых.

### **Раздел 3. «Основы здорового образа жизни».**

#### **Тема 7. Здоровье человека и факторы на него влияющие**

Здоровье человека. Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Компьютер и его влияние на здоровье. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека. Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека. Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ.

**Практические занятия** проводятся с использованием оборудования: Набора имитаторов травм и поражений, Шины лестничной, Воротника шейного, Тренажёра-манекена для отработки сердечно-лёгочной реанимации, Табельных средств для оказания первой медицинской помощи, Коврика для проведения сердечно-лёгочной реанимации, Тренажёра-манекена для отработки приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей, поставленных в «Точки роста».

#### **Тематическое планирование.**

<i>№ п/п</i>	<i>Тема занятия</i>	<i>Кол-во уроков</i>
	<b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства</b>	
	<b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности</b>	
	<b>Подготовка к активному отдыху на природе</b>	
1.	Природа и человек. Ориентирование на местности. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.	1
2.	Подготовка к выходу на природу. Определение места для бивака и организация бивачных работ.	1
3.	Определение необходимого снаряжения для похода.	1
	<b>Активный отдых на природе и безопасность</b>	<b>2</b>
4.	Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе. Подготовка и проведение пеших походов на равнинах и горной местности.	1
5.	Велосипедные походы и безопасность туристов. <b>Обобщение и проверка знаний.</b>	1
	<b>Дальний и выездной туризм, меры безопасности</b>	<b>3</b>
6.	Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизации человека в различных климатических условиях.	1
7.	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.	1
8.	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте.	1
	<b>Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде</b>	
9.	Автономное существование человека в природной среде. Добровольная и вынужденная автономия человека в природной среде.	1
10.	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.	1
	<b>Опасные ситуации в природных условиях</b>	
11.	Опасные погодные явления	1

12.	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Укусы насекомых и защита от них.	1
13.	Клещевой энцефалит и его профилактика.	1
	<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (4 ч.)</b> <b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.(2 ч.)</b>	
14.	Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях. Оказание первой медицинской помощи при травмах.	1
15.	Оказание ПМП при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге. Оказание ПМП при укусах змей и насекомых	1
	<b>Здоровье человека и факторы, на него влияющие.</b>	<b>2</b>
16.	ЗОЖ и профилактика утомления. Компьютер и его влияние на здоровье	1
17.	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.	1
	<b>Итоговая контрольная работа</b>	

## 8. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

*Учебно-методический комплект (УМК):*

1. «Основы безопасности жизнедеятельности», 6 класс. Учебник. А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников. Просвещение, 2012;

*Технические средства обучения:*

1. Компьютер.
2. Проектор.
3. Экран.
4. Принтер многофункциональный.

*Интернет-ресурсы по ОБЖ:*

- [www.mukobg.jimbo.com](http://www.mukobg.jimbo.com)
- <http://www.school-obz.org> Основы безопасности жизнедеятельности.
- <http://health.best-host.ru/> Здоровая школа.
- <http://www.it-n.ru/> Сеть творческих учителей
- <http://www.edu.rin.ru/> - Образование - RIN.RU.