

Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Калининская средняя общеобразовательная школа»

Принято на педагогическом совете  
Протокол № 8 от 21.06.2018 г.

«Утверждаю»  
Директор МОУ «Калининская СОШ»  
Е.Г. Борщевская  
Пр. № 208 от 31.08.2018 г..



**Адаптированная рабочая программа  
по учебному предмету  
«Основы безопасности жизнедеятельности»  
для 5 класса  
на 2018-19 учебный год**

Чернаускас Сергей Викторович  
учитель основ безопасности жизнедеятельности

2018 г.

Адаптированная рабочая программа по учебному предмету Основы безопасности жизнедеятельности для 5 класса составлена в соответствии с Положением о рабочих программах учебных предметов, курсов МОУ Калининской СОШ, на основе:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ;
- ФГОС ООО;
- АООП ООО МОУ «Калининская СОШ»;
- примерной программы основного общего образования по ОБЖ для 5-11 классов общеобразовательной школы;
- **учебного плана МОУ «Калининская СОШ» на 2018-2019 учебный год;**
- календарного учебного графика на 2018-2019 учебный год;
- Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014 г. №253;
- санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в ОУ (утверждены постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 г. №189).

Учебный предмет Основы безопасности жизнедеятельности реализуется в объеме 35 часов (1 час в неделю) за счет части учебного плана формируемой участниками образовательного процесса.

Административный контроль проводится в форме тестовой работы в соответствии с графиком на 2016-17 уч. год

В 5 классе обучается интегрировано ученик с ОВЗ (ЗПР). Особенности изучения каждой темы для него отражены в отдельной колонке календарно-тематического планирования. Работа с этим учащимся происходит дифференцированно с применением следующих методических приемов:

- поэтапное разъяснение выполнения заданий;
- обеспечение аудио-визуальными техническими средствами обучения;
- близость к учащимся во время объяснения задания;
- перемена видов деятельности и подготовка учащихся к перемене видов деятельности
- предоставление дополнительного времени для завершения задания.
- упрощенные задания в классе и дома;
- предоставление дополнительного времени для сдачи домашнего задания.
- использование карточек с упражнениями, которые требуют минимального заполнения.
- . Разрешение переделать задание, с которым он не справился.

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса**

Опасные и чрезвычайные ситуации становятся все более частым явлением в нашей повседневной жизни и требуют получения обучающимися знаний, умений, навыков и компетенций личной безопасности в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций социально сложного и технически насыщенного окружающего мира.

Целью изучения и освоения программы является формирование у подрастающего поколения россиян культуры безопасности жизнедеятельности в современном мире в соответствии с требованиями, предъявляемыми Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования.

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» является обязательным для изучения на уровне основного общего образования и является одной из составляющих предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности».

Программа определяет базовое содержание по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» в форме и объеме, которые соответствуют возрастным особенностям обучающихся и учитывает возможность освоения приемов умственной и практической деятельности обучающихся, что является важнейшим компонентом развивающего обучения.

На основе программы, курс «Основ безопасности жизнедеятельности», может быть выстроен как по линейному, так и по концентрическому типу. При составлении рабочих программ в отдельных темах возможны дополнения с учетом местных условий и специфики обучения.

Основы безопасности жизнедеятельности как учебный предмет обеспечивает:

- освоение обучающимися знаний о безопасном поведении в повседневной жизнедеятельности;
- понимание обучающимися личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности, ценностей гражданского общества, в том числе гражданской идентичности и правового поведения;
- понимание необходимости беречь и сохранять свое здоровье как индивидуальную и общественную ценность;
- понимание необходимости следовать правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- освоение обучающимися умений экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков;
- 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, терроризма и наркотизма;
- освоение умений использовать различные источники информации и коммуникации для определения угрозы возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- освоение умений предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- освоение умений оказывать первую помощь пострадавшим;
- освоение умений готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;
- освоение умений принимать обоснованные решения в конкретной опасной (чрезвычайной) ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- освоение умений использовать средства индивидуальной и коллективной защиты.
- Освоение и понимание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на:
  - воспитание у обучающихся чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
  - развитие у обучающихся качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни; необходимых для обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
  - формирование у обучающихся 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, убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни, антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции, нетерпимости к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека.

Программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» учитывает возможность получения знаний через практическую деятельность и способствует формированию у обучающихся умения безопасно использовать учебное оборудование, проводить исследования, анализировать полученные результаты, представлять и научно аргументировать полученные выводы.

Межпредметная интеграция и связь учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» с такими предметами как «Биология», «История», «Информатика», «Обществознание», «Физика», «Химия», «Экология», «Экономическая и социальная география», «Физическая культура» способствует формированию целостного представления об изучаемом объекте, явлении, содействует лучшему усвоению содержания предмета, установлению более прочных связей учащегося с повседневной жизнью и окружающим миром, усилению развивающей и культурной составляющей программы, а также рационального использования учебного времени.

## **Содержание учебного предмета, курса**

### **Основы безопасности личности, общества и государства**

#### **Основы комплексной безопасности 11 часов**

Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой, предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др. Безопасность на дорогах. Правила поведения на транспорте (наземном, в том числе железнодорожном, воздушном и водном), ответственность за их нарушения. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. *Средства индивидуальной защиты велосипедиста*. Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Средства индивидуальной защиты. Водоемы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. Правила безопасности в туристических походах *и поездках*. Правила поведения в автономных условиях. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них. Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера (квартира, улица, подъезд, лифт, карманная кража, мошенничество, *самозащита покупателя*). Элементарные способы самозащиты. *Информационная безопасность подростка*.

#### **Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций 9 часов**

Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины, ураганы, бури, смерчи, сильный дождь (ливень), крупный град, гроза, сильный снегопад, сильный гололед, метели, снежные заносы, наводнения, половодье, сели, цунами, лесные, торфяные и степные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной защиты. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них (аварии на радиационно-опасных, химически опасных, пожароопасных и взрывоопасных, объектах экономики, транспорте, гидротехнических сооружениях). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной и коллективной защиты. Правила пользования ими. Действия по сигналу «Внимание всем!». Эвакуация населения и правила поведения при эвакуации.

**Основы противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации 7 часов**

Терроризм, экстремизм, наркотизм - сущность и угрозы безопасности личности и общества. *Пути и средства вовлечения подростка в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность. Ответственность несовершеннолетних за правонарушения.* Личная безопасность при террористических актах и при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников. Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.

### **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни 7 часов**

#### **Основы здорового образа жизни**

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена). Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и их факторов. *Семья в современном обществе. Права и обязанности супругов. Защита прав ребенка.*

#### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей. Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах. Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении. *Основные неинфекционные и инфекционные заболевания, их профилактика.* Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе. Первая помощь при укусе насекомых и змей. *Первая помощь при остановке сердечной деятельности. Первая помощь при коме. Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.*

**Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на изучение каждой темы**

№ п/п	Тема урока	Часы	Тип урока	Содержание	Форма контроля
				особенности изучения темы ОВЗ (ЗПР)	
1	ТБ на уроках ОБЖ. Опасность. Виды опасностей. Экстремальная ситуация, виды экстремальных. ситуаций. Чрезвычайная ситуация. Виды ЧС.	1	Урок изучения нового материала	Знать ТБ на уроках. Знать понятия «опасность», «экстремальная ситуация», «ЧС».	Устный опрос
2	Город как источник опасности.	1	Комбинированный урок	Знать виды опасностей в городе	Устный опрос
3	Системы обеспечения безопасности. Сигналы оповещения. Милиция, МЧС, служба спасения, «Скорая помощь», аварийные службы и др., их функции и задачи. Правила вызова. Сигналы ГОЧС, их назначение.	1	Комбинированный урок	Знать системы обеспечения безопасности в городе. Уметь вызвать их по телефону.	Устный опрос
4	Ситуации аварийного характера в жилище.	1	Комбинированный урок	Иметь представление об аварийных ситуациях в жилище. Знать правила поведения в них.	Индивидуальный устный опрос, выполнение тестовых заданий
5	Пожар в жилище	1	Урок изучения нового материала	Пожар. Возможные причины пожара. Особенности горения материалов. Огнестойкость строений. Последствия пожара. Иметь представление о возможных причинах и последствиях пожара	Устный опрос
6	Правила поведения при пожаре.	1	Урок совершенствования. ЗУН	Средства пожаротушения и правила пользования ими. Способы эвакуации из зданий. Подручные средства пожаротушения. Правила поведения при пожаре. Знать правила поведения при пожаре.	Устный опрос

7	Эвакуация из зданий при пожаре и панике.	1	Урок изучения нового материала	Средства пожаротушения и правила пользования ими. Способы эвакуации из зданий. Подручные средства пожаротушения. Правила поведения при пожаре. Знать правила поведения при пожаре.	Промежуточный Проверочный тест
8	Осторожно! Электричество	1	Урок изучения нового материала	Опасности при использовании электроприборами. Неполадки и нарушение правил эксплуатации электросети, возгорание телевизора. Правила поведения. Уметь безопасно пользоваться электроприборами	Анализ конкретной ситуации (АКС)
9	Отработка действий в условиях возникновения пожара в учебном заведении.	1	Практический.	Отработка действий при пожаре в здании школы. экстренная эвакуация. Предупреждение паники. Согласованные действия. Организованный выход из класса, здания. Уметь действовать в условиях пожара в школе.	Нормативы
10	Устройство и виды огнетушителей. Действия с огнетушителем во время пожара.	2	Урок изучения нового материала	Виды огнетушителей, их общее устройство. Правила пользования ими. Знать принцип действия огнетушителей. Уметь пользоваться ими	Индивидуальный устный опрос
11	Отработка последовательных действий при экстренной эвакуации из здания.	1	Практический.	Отработка действий при пожаре в здании школы. экстренная эвакуация. Предупреждение паники. Согласованные действия. Организованный выход из класса, здания. Уметь действовать в условиях пожара в школе.	Административный контроль
12	ЧС на транспорте. Общественный транспорт. Автомобиль	1	Урок изучения нового материала	Транспорт – зона повышенной опасности. Краткая характеристика видов транспорта. Опасности при посадке и высадке, в процессе движения и в аварийных ситуациях. Знать опасности, исходящие от транспорта.	Ответы на вопросы Тест
13	Правила поведения пешеходов. Опасные ситуации в метро.	1	Урок совершенствования.	Участники дорожного движения. Водитель, пассажир, пешеход. Правила поведения на дороге. Правила поведения пешеходов. Метро-	Тест Ситуационные задачи

			ЗУН	зона повышенной опасности. Опасные ситуации в метро. Знать правила поведения пешеходов. Иметь представление об опасных ситуациях в метро.	
14	ДТП, их причины и возможные последствия.	1	Комбинированный урок	Причины и последствия ДТП. Основные правила безопасности. Действия при ДТП (участник, очевидец, свидетель). Знать правила поведения на улицах и дорогах.	Устный опрос
15	ЧС на железной дороге.	1	Урок - контроль	Обеспечение безопасности пассажиров. Возможные ЧС: крушение, пожар в вагоне, авария токоснабжения, экстренное торможение, отставание от поезда. Правила поведения при возникновении ЧС. Знать правила поведения и действия при возможных ЧС на железной дороге	Промежуточный
16	Опасные ситуации на водном транспорте.	1	Урок совершенствования. ЗУН	Меры по обеспечению безопасности пассажиров. Коллективные и индивидуальные спасательные средства. Возможные ЧС, способы эвакуации с судна, правила поведения. Знать правила поведения в опасных ситуациях на водном транспорте.	Устный опрос АКС
17	ЧС на авиационном транспорте.	1	Урок совершенствования. ЗУН	Обеспечение безопасности полетов. Правила поведения при взлете, посадке, пожаре, вынужденной посадке, при захвате самолета террористами. Знать правила поведения на авиационном транспорте.	Устный опрос АКС
18	ЧС криминогенного характера в жилище.	1	Урок изучения нового материала	Как защитить свой дом (квартиру). Кража. Способы защиты. Знать правила поведения в криминогенных ситуациях..	Устный опрос АКС (анализ конкретной ситуации)
19	Правила поведения детей в различных криминогенных ситуациях.	1	Комбинированный урок	Если дверь квартиры пытаются взломать. Если квартиру ограбили. Посторонний в квартире. Знать правила поведения в криминогенных ситуациях.	Устный опрос АКС (анализ конкретной ситуации)



20	Криминальные ситуации вне жилища Если на тебя нападают Зоны повышенной криминогенной опасности. Правила поведения в них	1	Комбинированный урок	Наиболее опасные места города. Как избежать опасности или снизить риск их возникновения Соблюдение осторожности, избегание опасных ситуаций. Попытки заманить обращение в милицию.	Контрольный тест
21	. Экстремизм и терроризм чрезвычайные опасности для общества и государства	1	Урок изучения нового материала	Знать основные виды террористической и экстремисткой деятельности, уметь распознавать	Устный опрос АКС (анализ конкретной ситуации)
22	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения	1	Урок изучения нового материала	Знать определения террористической и экстремисткой деятельности, уметь распознавать	Устный опрос АКС (анализ конкретной ситуации)
23-24	Виды террористических актов и их последствия	2	Урок изучения нового материала	. Знать основные виды террористической и экстремисткой деятельности, уметь распознавать. Знать правила поведения при захвате заложников	Устный опрос АКС (анализ конкретной ситуации)
25-26	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности	2	Урок изучения нового материала	Знать основные статьи УК РФ которые предусматривают ответственность несовершеннолетних за участие в террористической деятельности	Устный опрос АКС (анализ конкретной ситуации)
27	Если вас захватили в заложники.	1	Урок-зачет	Знать правила поведения при захвате заложников	Практическое занятие. Промежуточный контроль
28-30	Правила оказания ПМП при ранах, кровотечениях.	3	Комбинированный	Раны. Виды ран. Обработка раны. Наложение стерильной повязки. Временная остановка кровотечений. Наложение жгута, закрутки. Знать правила оказания ПМП при ранах. Уметь останавливать кровотечения.	Практическое выполнение (оценка)
31-33	Правила оказания ПМП при ожогах. Правила оказания ПМП при отравлении	3	Урок контроль	Ожоги, степени ожогов, тяжесть и последствия ожогов. Причины ожогов. Последовательность действий при ожогах. Правила оказания помощи при ожогах. Признаки отравления, причины, возможные последствия. Правила	Промежуточный

				оказания ПМП при отравлении средствами бытовой химии, продуктами питания. Уметь оказывать помощь при ожогах.	
34-35	Опасные ситуация и правила безопасного поведения	2	Обобщающий урок.	Виды ситуаций, представляющих опасность для человека. Правила безопасного поведения в них. Знать опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни и правила безопасного поведения в них.	Устный опрос Индивидуальные задания