

**Государственное общеобразовательное казенное учреждение Иркутской области**

**«Специальная (коррекционная) школа № 10 г. Иркутска»**

<b>ПРИНЯТО</b> Педагогическим советом Протокол № 1 от 29.08.2023 г.	<b>УТВЕРЖДЕНО</b> Приказом № 77 от 29.08. 2023 г.
	Программа вступает в силу с «1» сентября 2023 г.

**Программа учебного предмета  
«Основы безопасности жизнедеятельности»**

**1 класс, АООП вариант 1**

**Иркутск 2023**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного Стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с умственной отсталостью.

Программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» обеспечивает достижение планируемых результатов освоения АООП для обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе:

- требований к личностным и предметным результатам освоения АООП 1 варианта.
- программы формирования базовых учебных действий.

### ОБЩИЕ ЦЕЛИ ОБРАЗОВАНИЯ ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ

Подготовка обучающихся в области безопасности жизнедеятельности должна основываться на комплексном подходе к формированию у детей современного уровня культуры безопасности, индивидуальной системы здорового образа жизни, антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения.

При организации занятий применяется деятельностный подход, который предполагает активное участие ребенка в образовательном процессе, за умениями, навыками, развитием и воспитанием обучающегося всегда стоит действие. Необходимо научить ребенка мыслить, привить ему навыки практических действий. Этому способствуют активные формы и методы обучения, к которым относятся: игра, проблемная ситуация, обучение через деятельность, групповая и парная работа, «оценочная» деятельность обучающихся.

**Цель:** формирование у учащихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих, приобретение ими навыков сохранения жизни и здоровья в неблагоприятных, угрожающих жизни условиях, оказание помощи пострадавшим, умения применять полученные знания в нестандартной ситуации;

#### **Задачи:**

- развитие у детей чувства ответственности за свое поведение;
- бережное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих;
- стимулирование у ребенка самостоятельности в принятии решений и выработка умений и навыков безопасного поведения в реальной жизни;
- привитие учащимся начальных знаний, умений и навыков в области безопасности жизни;
- выработка необходимых умений и навыков безопасного поведения в повседневной жизни в случае возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций;

### ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

**Содержание курса** «Основы безопасности жизнедеятельности» складывается из совокупности направлений, форм и конкретных видов деятельности.

Предполагаемые виды деятельности в рамках курса:

- игровая,
- досугово-развлекательная,
- художественное творчество,
- социальное творчество, трудовая,

- общественно-полезная,
- спортивно-оздоровительная и др.

#### **Формы организации деятельности обучающихся:**

- упражнения;
- беседы;
- игры (сюжетно-ролевые, деловые и т. п.);
- общественно полезные практики;
- экскурсии;
- викторины.

Исходя из особенностей окружающего социума деятельность обучающихся предполагается осуществляться по различным схемам, в том числе:

- непосредственно в школе
- совместно с организациями дополнительного образования детей, спортивными объектами, организациями культуры;
- в сотрудничестве с другими организациями и с участием педагогов учреждения (комбинированная схема).

Основное преимущество реализации программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» непосредственно в школе заключается в том, что в ней созданы все условия для полноценного пребывания обучающихся в течение дня, содержательном единстве учебного, воспитательного и коррекционно-развивающего процессов.

При организации деятельности обучающихся предусмотрены возможности сетевого взаимодействия (с участием организаций дополнительного образования детей, организаций культуры).

Программа «Основы безопасности жизнедеятельности» способствует социальной интеграции обучающихся путем организации и проведения мероприятий (воспитательных, спортивно-оздоровительных и иных досуговых мероприятий), в которых предусмотрена совместная деятельность обучающихся разных детей (с ограничениями здоровья и без таковых) с участием различных организаций.

### **ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» входит в «Спортивно-оздоровительное» направление внеурочной деятельности, формируемую участниками образовательных отношений и относится к обязательной части учебного плана образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). В соответствии с годовым учебным планом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) для 1 класса учебный предмет рассчитан на 33 ч (33 учебные недели). Количество часов в неделю, отводимых на изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 1 классе, определено недельным учебным планом образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) и составляет 1 ч в неделю.

### **ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

#### ***Личностные результаты обучения***

- освоение моральных норм помощи, готовности принять на себя ответственность;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;

- развивать мотивации достижения и готовности к преодолению трудностей;
- развивать умения мобилизовать свои личностные и физические ресурсы;
- развивать умения планировать, регулировать, контролировать и оценивать свои действия;
- формировать элементарные знания, умения и навыки в области безопасности жизни;
- развивать у детей чувство ответственности за свое поведение;
- освоение правил здорового и безопасного образа жизни;
- формировать умения планировать общую цель и пути её достижения;
- распределять функции и роли в совместной деятельности;
- конструктивно разрешать конфликты;
- адекватно оценивать собственное поведение и поведение партнёра;
- вносить необходимые коррективы в интересах достижения общего результата;

### **Предметные результаты**

#### Достаточный уровень

- правильно переходить дорогу, перекресток;
- пользоваться простейшими средствами защиты органов дыхания;
- ориентироваться на местности;
- вызвать «скорую помощь», оказать первую помощь при порезах и ссадинах, ушибе, небольшом ожоге, при попадании инородного тела в глаз, ухо или нос, при укусе насекомыми, собакой, кошкой, при кровотечении из носа;
- оказывать первую медицинскую помощь при травме опорно-двигательного аппарата (кисти рук, бедра, колена).

#### Минимальный уровень

- приемы и способы действия в опасных и чрезвычайных ситуациях, в том числе способы оказания или поиска помощи;
- правила безопасного поведения дома, в школе, на улице и дороге, за городом;
- правила перехода дороги;
- правила движения на велосипедах;
- правила безопасного поведения при следовании железнодорожным транспортом, обязанности пассажира;
- основные правила поведения на воде зимой и летом, при купании, отдыхе у воды, средства спасания утопающих, основные спасательные средства;
- меры пожарной безопасности при разведении костра;
- когда следует вызывать «скорую помощь» и порядок ее вызова;
- основы здорового образа жизни;
- основные понятия - «здоровье», «здоровый образ жизни», факторы, влияющие на состояние здоровья.

### **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**Раздел 1. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся**

#### ***Тема 1. Предупреждение бытового травматизма***

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

## ***Тема 2. Безопасное поведение на улицах и дорогах***

Безопасность пешеходов при движении по дорогам.

Виды транспортных средств. Интенсивность и скорость движения городского транспорта. Тормозной путь.

Дорожная разметка. Правила перехода дорог. Перекрестки. Езда на велосипеде. Основные правила езды и меры безопасности. Соблюдение правил дорожного движения велосипедистами. Причины дорожно-транспортного травматизма.

Государственная инспекция безопасности Дорожного Движения (ГИБДД). Предназначение и задачи ГИБДД.

Поведение школьников вблизи ж/д путей. Правила перехода через них. Железнодорожный транспорт, его особенности, безопасное поведение при следовании железнодорожным транспортом, обязанности пассажира.

## ***Тема 3. Безопасное поведение на воде***

Водоемы нашей местности. Правила купания в открытых водоемах. Основные правила поведения на воде, при купании, при отдыхе у воды, при катании на лодке. Способы и средства спасания утопающих.

## ***Тема 4. Безопасное поведение на природе***

Ориентирование на местности. Костер. Меры пожарной безопасности при разведении костра.

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

Основные виды и причины травм у детей младшего школьного возраста. Первая медицинская помощь при травмах. 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. Выработка умения оказывать первую медицинскую помощь при травмах. Понятие о само- и взаимопомощи. Лекарственные и ядовитые растения.

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

### ***Тема 1. Основные понятия - «здоровье» и «здоровый образ жизни»***

Понятие здоровья и факторах, влияющие на него. Основы здорового образа жизни и безопасность человека. Режим дня. Здоровое питание. Профилактика переедания, пищевых отравлений.

Инфекционные болезни. Пути передачи инфекционных заболеваний. Профилактика инфекционных заболеваний.

### ***Тема 2. Пути укрепления здоровья***

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 4. Защита человека в чрезвычайных ситуациях**

ЧС мирного и военного времени (аварии, катастрофы, военные конфликты). ЧС – что это? Правила поведения при ЧС. Уроки городской безопасности.

## **ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

№	Тема урока	Основные виды учебной деятельности обучающихся
1	Дом – машина для жилья. Учись управлять этой машиной.	Основные причины травматизма у детей. Правила поведения в помещениях. Правила пользования электробытовыми приборами. Пожарная безопасность. Опасные шалости и игрушки. Профилактика возможных опасных ситуаций в быту. Опасная высота.
2	Как могут стать опасными домашние вещи.	
3	Что делать при запахе газа.	
4	Осторожно – электричество.	
5	Огонь в твоём доме.	
6	Если горит у соседей.	
7	Как говорить по телефону.	Правила разговора по телефону. О чем нельзя сообщать незнакомому человеку.
8	Если кто-то звонит в твою дверь.	Разбор ситуации – один дома.
9	Поговорим о домашней аптечке.	Беседа по сюжетным картинкам. Правила обращения с аптечкой.
10	Кодекс выживания пешехода.	Безопасность пешеходов при движении по дорогам.
11	Учись читать дорожные знаки.	Виды транспортных средств. Интенсивность и скорость движения городского транспорта.
12	Как рождаются опасные ситуации на дороге.	Тормозной путь. Дорожная разметка. Правила перехода дорог. Перекрестки. Езда на велосипеде. Основные правила езды и меры безопасности.
13	Мы – пассажиры.	Соблюдение правил дорожного движения велосипедистами.
14	Если ты стал водителем.	Причины дорожно-транспортного травматизма.
15	Мы и железная дорога.	Государственная инспекция безопасности Дорожного Движения (ГИБДД). Предназначение и задачи ГИБДД. Поведение школьников вблизи ж/д путей. Правила перехода через них. Железнодорожный транспорт, его особенности, безопасное поведение при следовании железнодорожным

		транспортом, обязанности пассажира.
16	Будь осторожен с незнакомцем.	Правила безопасного поведения в городе и при встрече с незнакомыми людьми
17	Если ты потерялся в незнакомом городе.	Ориентирование на местности. Разбор ситуации по картинкам: «Как обратиться за помощью?». Службы спасения.
18	Животные вокруг нас.	Ориентирование на местности. Костер. Меры пожарной безопасности при разведении костра.
19	Когда кусают насекомые.	
20	Ядовитые растения и грибы.	
21	Если заблудился в лесу.	
22	Лесной пожар.	
23	Зимняя река и география безопасности.	
24	Правила безопасности на воде.	
25	Можно ли уберечься от травм.	Понятие здоровья и факторах, влияющие на него. Основы здорового образа жизни и безопасность человека. Режим дня. Здоровое питание. Профилактика переедания, пищевых отравлений. Инфекционные болезни. Пути передачи инфекционных заболеваний. Профилактика инфекционных заболеваний.
26	Если из раны течёт кровь.	
27	Как справиться с инфекцией.	
28	Чем и как можно отравится.	
29	Что влияет на здоровье.	
30	Опасность вредных привычек.	
31	Безопасность при любой погоде.	
32	Чем важен сон.	

33	Повторенье – мать ученья!	Итоговый урок
<b>Всего: 33 ч.</b>		

### **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПО ПРЕДМЕТУ**

Доска, (магнитная, интерактивная) наглядные материалы, плакаты, муляжи, макеты, подборка материала из газет, вырезки из журналов, создание накопительных папок по отдельным темам, различные энциклопедии, медицинская аптечка, бытовые приборы, игрушки, ручки, карандаши, пластилин, ватманы, фломастеры, цветные карандаши, материалы для творчества, компьютерные развивающие игры и задания на электронном носителе, рисунки детей.

1. Поляков В.В. Основы безопасности жизнедеятельности 1 класс, издательский дом «Дрофа»
2. Е.А. Поторочина «Поурочные разработки по основам безопасности жизнедеятельности», 1 класс; Москва, ВАКО, 2008г .
3. Азбука пешехода: игра для детей младшего школьного возраста / под ред. А. Т.Смирнова- М.: Просвещение: Рилионт, 2003.
4. Анастасова Л. П Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. пособие для 1-2кл./Л. П. Анастасова, П.В.Ижевский, Н.В.Иванова- 2-е изд- М.:Просвещение, 2005.
5. Комплект плакатов «Безопасность дорожного движения» 1-4кл.: (Иллюстративный материал) под ред. А.Т.Смирнова- 24 листовки, 24 плаката (комплект для школьников, комплект для учителя- М.:Просвещение: Рилионт, 2003.
6. Топоров И. К. Методика преподавания курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в общеобразоват. учреждениях: кн. для учителя И.К.Топоров.- М.:Просвещение, 2000.