

**Краевое государственное бюджетное общеобразовательное учреждение для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья
«Барнаулская общеобразовательная школа – интернат № 3»**

<p align="center">СОГЛАСОВАНА</p> <p>Заместитель директора по УР КГБОУ «Барнаулская общеобразовательная школа – интернат № 3»</p> <p> Я.В. Яковлева <u>29 08</u> 2024г.</p>	<p align="center">УТВЕРЖДЕНА</p> <p>Директор КГБОУ «Барнаулская общеобразовательная школа – интернат № 3»</p> <p> А.И. Зенич Приказ № <u>133</u> от <u>29.08</u> 2024 г.</p>	<p align="center">Рассмотрена</p> <p>на заседании Педагогического Совета ОУ</p> <p>Протокол № <u>1</u> <u>29 08</u> 2024г.</p>
--	--	--

Рабочая программа внеурочной деятельности

«Основы безопасности жизнедеятельности»

5 класс

Учитель: Ильтнер Н.Н.

2024/2025 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу внеурочных занятий «Основы безопасности жизнедеятельности» определяет объем содержания образования, планируемые результаты освоения данного курса, распределение учебных часов на изучение тех или иных тем.

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;

Приказом Министерства просвещения РФ от 24.11.2022 г. № 1026 «Об утверждении федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями).

Цели:

Формирование базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности, содействие выработке умений распознавать угрозы, избегать опасности, нейтрализовать конфликтные ситуации, грамотно вести себя в условиях чрезвычайной ситуации, сохранять свое здоровье.

Основные задачи:

- Ознакомление учащихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) с основными (базовыми) знаниями в области безопасности жизнедеятельности;
- привитие обучающимся с легкой степенью умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) начальных умений и навыков безопасного поведения в повседневной жизни, транспортной среде, чрезвычайных ситуациях техногенного и социального характера;
- формирование потребности обучающегося с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) в приобретении знаний в области личной безопасности, культуры безопасного поведения;
- формирование у обучающихся с легкой степенью умственной отсталости (интеллектуальными нарушениями) элементарных знаний по финансовой безопасности и безопасности в сети «Интернет»;
- выработка у обучающихся антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к асоциальному поведению людей в современном обществе.

Планируемые результаты освоения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

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.

Содержание учебного предмета

«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.

Тематическое планирование

№ п/п	Тема урока	Виды деятельности обучающихся	ЭОР (используемые на уроке)	Кол-во часов	Дата
1.	Вводное занятие.	Рассказ учителя о цели и задачах изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». Беседа об опасностях, подстерегающих в жизни и о необходимости соблюдения правил безопасного поведения. Работа с дидактическим материалом. Просмотр видеофрагмента.		1	05.09
2.	Дорожное движение, знаки дорожного движения.	Рассказ учителя о причинах дорожно – транспортных происшествий., об организации дорожного движения, знаках дорожного движения. Изучение правил безопасного поведения участников дорожного движения.	https://printfiles.ru/raspechatat/dorozhnye-znaki/attachment/dorozhnye-znaki-chast-1/	1	12.09
3.	Пешеход. Безопасность пешехода.	Рассказ учителя о правах и обязанностях пешехода. Изучение правил передвижения пешехода (тротуар, проезжая часть). Зарисовка и изготовление знаков дорожного движения, регулирующих движение пешехода. Рассказ о тех знаках, которые встречаются по дороге в школу и домой. Просмотр презентации, видеофрагментов	http://лена24.рф/ОБЖ_5_класс_Смирнов/7.1.html	1	19.09
4.	Пассажир. Безопасность пассажира.	Рассказ учителя о видах общественного транспорта, правилах передвижения пассажира при входе и выходе из транспорта (тротуар, проезжая часть). Изучение правил безопасного поведения в транспорте, правах и	https://www.youtube.com/watch?v=2JuIpYmq4Dw	1	26.09

		обязанностях пассажира. Участие в беседе по теме урока, рассказ о самостоятельных поездках в общественном транспорте.			
5.	Безопасный маршрут в школу, домой.	Рассказ учителя о значении безопасности при движении к школе, домой. Рассказ о самостоятельном движении домой.		1	03.10
6.	Велосипед как транспортное средство	Рассказ учителя о способах безопасной эксплуатации велосипеда; правах, обязанностях и ответственности велосипедистов. Беседа о правилах движения велосипедистов (проезжая часть, велодорожка, тротуар, дорожные знаки, регулирующие движение велосипедиста). Рассматривание сюжетных картинокс изображением поездок на велосипеде , их анализирование. Просмотр презентации, видеофрагментов	https://yandex.ru/video/preview?filmId=11253123436309400861&parent-reqid=1603293082548416-1	1	10.10
7.	Практическое занятие «Поездка в общественном транспорте»	беседа о ходе выполнения практической работы. Повторение правил безопасности при пользовании общественным транспортом. Движение к остановке, посадка в транспорт, оплата проезда, выход из общественного транспорта, переход проезжей части (имитация)		1	17.10
8.	Особенности города как среды обитания человека	Рассказ учителя об особенностях проживания, общения, организации быта в городе и сельской местности. Ответы на вопросы учителя о соблюдении правил проживания дома и в школе. Составление карты	https://www.youtube.com/watch?v=MY7jvWQZz8c	1	24.10

		опасности места проживания. Просмотр презентации, видеофрагментов;			
9.	Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта)	Рассказ учителя об источниках опасности в городе и сельской местности, основных спасательных службах, о действиях при подаче сигнала «Внимание всем!». Беседа о важности аварийно – спасательных служб, и их значении в нашей жизни.	http://www.myshared.ru/slide/223120/	1	07.11
10.	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире)	Рассказ учителя об опасных и аварийных ситуациях, причинах их возникновения в доме (квартире). беседа о способах предупреждения опасных ситуаций в доме (квартире). Рассказ о соблюдении правил безопасного поведения дома, ответы на вопросы учителя.	https://yandex.ru/video/preview?text=опасные%20и%20аварийные%20ситуации%20в%20дом	1	14.11
11.	Пожар	Рассказ учителя об опасных факторах и основных причинах возникновения пожара в домашних условиях. беседа о порядке действий при обнаружении возгорания (что нельзя делать, как себя вести, что делать если помещение задымлено, действия, если нельзя покинуть место пожара). рассказ о порядке вызова пожарной части.	http://лена24.рф/ОБЖ_5_класс_Смирнов/10.1.html	1	21.11
12.	Средства пожаротушения	Рассказ учителя о первичных средствах пожаротушения, подручных средствах тушения пожара, правилах их применения. Рассказ о порядке вызова пожарной службы. Просмотр	http://www.myshared.ru/slide/1029617/	1	28.11

		презентации.			
13.	Электричество	Рассказ учителя о электричестве, его значении в жизни человека; об опасности удара электрическим током. Беседа о бытовых электроприборах, правилах их использования. Рассказ о правилах безопасного обращения с электроприборами. Работа с дидактическим материалом. Просмотр видеофрагментов.	https://yandex.ru/video/preview/?text=Электричество%20%20к	1	05.12
14.	Опасные вещества и продукты питания	Рассказ учителя о средствах бытовой химии, медицинских препаратах, мерах предосторожности при их использовании; продуктах питания, способах их правильного хранения. Рассказ о мерах предосторожности при использовании бытовой химии, медицинских препаратах, оказании первой помощи, при отравлении ими.	https://yandex.ru/video/preview?text=Опасные%20вещества%20и%20продукты%20питания.%20%20класс%20обж%20видеорок&path=wizard&parent-	1	12.12
15.	Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи)	Рассказ учителя о порядке действий при потере ключей, захлопнувшейся двери. Рассказ о мерах недопущения данных ситуаций, обращении за помощью. Работа с дидактическим материалом. Просмотр презентации, видеофрагментов.		1	19.12
16.	Опасность толпы	Рассказ учителя о правилах безопасного поведения при посещении массовых мероприятий, опасности толпы и нахождения в ней; правилах выхода из большого скопления людей. Рассказ о посещении массовых мероприятий; Работа с дидактическим	http://www.myshared.ru/slide/1007026/	1	26.12

		материалом. просмотр презентации.			
17.	Правила общения с домашними животными	Рассказ учителя о правилах содержания домашних животных, безопасности при общении с бездомными животными. Рассказ о домашних животных учащихся, уходе за ними. Работа с дидактическим материалом. просмотр презентации.	https://yandex.ru/video/preview?text=Правила%20общения%20с%20домашними%20животными%20и%205	1	09.01
18.	Персональные данные пользователя	Рассказ учителя о персональных данных каждого человека, их назначении и правилах использования, защите своих персональных данных; номере сотового телефона и привязке его к своим данным. рассказ учащихся о своём паспорте, свидетельстве о рождении; месте их хранения, использовании в повседневной жизни;	https://yandex.ru/video/preview?text=Персональные%20данные%20пользователя%205%20класс%	1	16.01
19.	Общение в сети.	Рассказ о значении в жизни современного человека сети «Интернет», направлениях использования интернета в жизни, соблюдение правил безопасности при нахождении и общении в сети интернет. Рассказ учащихся о наличии у них аккаунтов, профилей, опыте их создания, возможности их использования другими людьми.	https://yandex.ru/video/preview?text=Общение%20в%20сети%	1	23.01
20.	Кибербуллинг.	Рассказ о соблюдении правил безопасности при нахождении и общении в сети интернет, опасности кибербуллинга, способами защиты от него. Рассказ учащихся о попадании в кибербуллинг, способах выхода из него, получение помощи со стороны	https://www.youtube.com/watch?v=bGmnK_ruQ-M	1	30.01

		взрослых. Работа с дидактическим материалом. просмотр презентации, видеофрагментов.			
21.	Сетевые игры, спамы, рассылки.	рассказ учителя признаках безопасного сайта; об опасности сетевых игр, их влиянии на физическое и психическое здоровье, опасности перехода по незнакомым ссылкам и связанными с ними потерями денег.		1	06.02
22.	Практическое занятие «Моё безопасное общение в интернете»	Рассказ учителя о назначении и порядке прохождения интерактивной игры. Рассказ учащихся о выборе тех или иных действий, мотивации своего выбора. Выполнение всех этапов интерактивной игры.	https://yandex.ru/video/preview?text=Практическое%20занятие%20«Моё%20безопасное%20общение%20в%20интернете»Видео	1	13.02
23.	Личные (карманные) деньги.	рассказ учителя о роли карманных (личных) денежных средствах, их рациональном расходовании, взятии в долг. Рассказ учащихся о наличии у них личных денег, источниках их получения и основных направлениях трат денег, давании и получении денег в долг. Работа с дидактическим материалом. просмотр презентации, видеофрагментов;	https://yandex.ru/video/preview?text=Личные%20карманные%20деньги.%20Видео&path=wizard&parent-	1	20.02
24.	Безопасный банк в кармане	Рассказ учителя о назначении мобильного приложения банка, назначении логина и пароля, соблюдение правил безопасности при входе и работе в мобильном приложении.		1	27.02
25.	Антиобщественное поведение и	Рассказ учителя о проявлениях антиобщественного	https://yandex.ru/video/preview?text=о%20признаках%20и%20правилах%20поведения%20в%2	1	06.03

	его опасность	поведения, его опасности и последствиях для окружающих. Рассказ учащихся о признаках и правилах поведения в опасной ситуации. Работа с дидактическим материалом. просмотр презентации, видеофрагментов;	Опасной%20ситуации%20		
26.	Психологические основы самозащиты	Значение при определении состояния человека, способах преодоления страха и стресса, просьбы о помощи и защите у посторонних людей. Участие в беседе по теме урока; рассказ учащихся о правилах поведения в ситуации угрозы жизни и здоровью, наличие личного опыта попадания в такие ситуации;		1	13.03
27.	Ситуации криминогенного характера в доме (квартире), подъезде	Рассказ учителя о признаках и причинах возникновения опасных ситуаций дома, правилах безопасного поведения в них. Участие в беседе о видах опасных ситуаций дома и причинах их возникновения, а так же алгоритме действий в них.	https://yandex.ru/video/preview?text=Психологические%20основы%20самозащиты.%20Видео&path=wizard&parent-	1	20.03
28.	Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства	Рассказ учителя о признаках и причинах возникновения опасных ситуаций на улице, правилах безопасного поведения в них. Участие в беседе о видах опасных и безопасных местах на улице и причинах возникновения опасных ситуаций, способах избегания нежелательного внимания со стороны чужих людей к себе.		1	03.04
29.	Личная безопасность на улице, в	Рассказ учителя об опасности преследования чужими людьми,	https://yandex.ru/video/pr	1	10.03

	общественно м месте	приглашения в машину посмотреть животных, приглашения домой поиграть в компьютерные, правилах безопасного поведения в них.получения помощи в случае возникновения опасности со стороны других взрослых.	view?text=Личная%20безопасность%20на%20улице%20%20в%20общественном%20месте%		
30.	Терроризм.	Рассказ учителя о терроризме, формах проявления и уровнях террористической опасности, правила поведения при нахождении оставленных, бесхозных вещей.	https://yandex.ru/video/preview?text=действия%20при%20обнаружении%20бесхозных%20вещей.%20Видео&path=wizard&parent-	1	17.04
31.	Первая помощь при различных видах повреждений .	Рассказ о правилах оказания первой помощи при различных повреждениях. Просмотр презентации, видеофрагментов.	https://yandex.ru/video/preview?text=первая%20помощь%20при%20различных%20видах%20повреждений%205%200клас	1	24.04
32.	Первая помощь, общее положение по оказанию первой помощи.	Рассказ о правилах оказания первой помощи при различных повреждениях. Просмотр презентации, видеофрагментов.		1	08.05
33.	Ситуации, при которых следует немедленно вызывать скорую помощь, правила ее вызова.	Рассказ о правилах вызова скорой помощи. Просмотр презентации, видеофрагментов. Вызов скорой помощи по телефону.	https://yandex.ru/video/preview?text=Ситуации%20при%20которых%20следует%20немедленно%20вызывать%20скорую%20помощь%20%20правила	1	15.05
34.	Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома.	Рассказ учителя о аптечке первой помощи. Собрать аптечку первой помощи.	https://yandex.ru/video/search?text=Содержание+аптечки+первой+помощи%20+которую+желательно+иметь+дома.+5+класс+обж+видеоурок	1	22.05

