

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Озерская средняя школа им. Д. Тарасова»

РАССМОТРЕНО  
Методическим  
объединением  
учителей развивающих  
дисциплин  
Протокол №1  
от "23" 08 2024г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор школы  
Гревцова С.В.  
от "26" 08 2024

**АДАптированная рабочая программа для  
обучающихся с уо**

**по ОБЗР**

**9 класс**

Рабочая программа разработана на основе адаптированной образовательной программы для учащихся с умственной отсталостью по учебному курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 9 класса. Издательство: Просвещение, авторы Смирнов А.Т, Хренников Б.О.

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета**

К концу 5 класса учащиеся должны **знать (понимать):**

- первичные навыки определения потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающих в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- системы безопасного поведения в повседневной жизни в условиях города;
- навыки определения экстремизма и терроризма, причин их возникновения;
- систему обеспечения безопасности (милиция, скорая помощь, пожарная охрана);
- правила обеспечения безопасности на современном транспорте;
- основные правила дорожного движения, правильностью определения знаков ДД;
- правильно оценить ситуацию при пожаре;
- правила безопасного поведения в быту, предупреждение травм в школьном возрасте;
- понятия о здоровье и здоровом образе жизни;
- владеть первичными знаниями по оказанию первой помощи.

**уметь:**

- проектировать план по повышению индивидуального уровня культуры безопасности жизнедеятельности
- формировать личные убеждения, способствующие профилактике вовлечения в террористическую деятельность;
- формировать индивидуальные качества, способствующие противодействию экстремизму и терроризму;
- использовать знания о здоровом образе жизни, социальных нормах и законодательстве для выработки осознанного негативного отношения к любым видам нарушений общественного порядка, употреблению алкоголя и наркотиков, а также к любым видам экстремистской и террористической деятельности.
- использовать здоровьесберегающие технологии (совокупность методов и процессов) для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, в том числе его духовной, физической и социальной составляющих;
- готовить и проводить занятия по обучению правилам оказания само- и взаимопомощи при отравлении угарным газом и никотином.

## Содержание учебного предмета

### 1. Вводное занятие. (2ч)

Инструктаж по пожарной безопасности в кабинете. Соблюдение правил техники безопасности в кабинете. Соблюдение санитарно-гигиенических требований на занятиях.

### 2. Раздел I. Основы комплексной безопасности. (8ч)

Тема 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека

- Безопасность в быту

Особенности города (населенного пункта) как среды обитания человека. Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения. Возможные опасные и аварийные ситуации в жилище. Соблюдение мер безопасности в быту.

Тема 2. Опасные ситуации техногенного характера

- Безопасность на дорогах

Причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия. Организация дорожного движения. Правила Безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста. Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых ситуациях..

Тема 3. Опасные ситуации природного характера

- Безопасность на водоёмах

Особенности состояния водоёмов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Правила безопасного поведения на воде. Опасность водоёмов зимой. Меры предосторожности при движении по льду. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.

Тема 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

- Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясение, наводнение, буря, ураган, сели, оползни, обвалы). Чрезвычайные ситуации техногенного характера (радиационно опасные объекты, пожаровзрывоопасный объект, химически опасный объект)

Раздел 3. Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации

Тема 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение.

- Опасные ситуации социального характера

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности на улице, дома, в общественном месте. Профилактика нападений и самозащита при нападении насильников и хулиганов. Самооценка поведения. Психологические приёмы самозащиты. Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде дома, лифте. Правила обеспечения сохранности личных вещей. Правила защиты от мошенников..

Тема 6 . Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.

Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения. Меры предосторожности при обнаружении взрывного устройства. Поведение человека при захвате его террористами в качестве заложника. Меры безопасности при освобождении заложников сотрудниками спецслужб. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

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

Тема 7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни

- Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни

Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.

Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия сохранения и укрепления здоровья. Рациональное питание. Роль питания в сохранении здоровья человека

- Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье

Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Табакокурение и его последствия для организма курящего и окружающих людей. Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Наркомания, токсикомания и другие вредные привычки.

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

Тема 8. Первая медицинская помощь и правила её оказания

- Оказание первой медицинской помощи

Медицинская (домашняя) аптечка. Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и ушибах. Перевязочные и лекарственные средства. Первая медицинская помощь при отравлениях газами, пищевыми продуктами, средствами бытовой химии, лекарствами

#### **Тематическое планирование**

<b>№ п\п</b>	<b>Тема урока</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Вводное занятие. Инструктаж по пожарной безопасности в кабинете. Соблюдение правил техники безопасности в кабинете.	1
2	Соблюдение санитарно-гигиенических требований на занятиях. Входной мониторинг.	1
	<b><i>Раздел I. Основы комплексной безопасности.</i></b>	
3,4	Город, как среда обитания.	2
5,6	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.	2
7,8	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения	2

	жилища.	
9,10	Особенности природных условий в городе.	2
11,12	Взаимоотношения людей, проживающих в городе и безопасность.	2
13,14	Безопасность в повседневной жизни.	2
15,16	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения	2
17,18	Пешеход. Безопасность пешехода	2
19,20	Пассажир. Безопасность пассажира. Водитель.	2
21,22	Водитель. Велосипедист-водитель транспортного средства.	2
23,24	Пожарная безопасность	2
25,26	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	2
27,28	Погодные явления и безопасность человека	2
29,30	Безопасность на водоемах. Тест	2
31,32	ЧС природного характера	2
33,34	ЧС техногенного характера.	2
	<b><i>Раздел II. Основы здорового образа жизни</i></b>	
35	Промежуточный мониторинг	1
36	Антиобщественное поведение и его опасность.	1
37,38	Обеспечение личной безопасности дома.	2
39,40	Обеспечение личной безопасности на улице.	2
41,42	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения	2
43,44	Виды экстремистской и террористической деятельности	2
45,46	Виды террористических актов и их последствия.	2
47,48	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.	2
49,50	Ответственность несовершеннолетних за	2

	антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности	
	<b><i>Раздел III. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i></b>	
51,52	О здоровом образе жизни	2
53,54	Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья	2
55	Рациональное питание. Гигиена питания.	2
56,57	Первая медицинская помощь при различных видах повреждений.	2
58,59	Проверочная работа по изученному материалу.	2
60,61	Оказание первой медицинской помощи при вывихе	2
62,63	Оказание первой медицинской помощи при носовом кровотечении.	2
64,65	Оказание первой медицинской помощи при отравлениях медикаментами, препаратами бытовой химии, кислотами, щелочами.	2
66,67	Оказание первой медицинской помощи при отравлениях медикаментами, препаратами бытовой химии, кислотами, щелочами (практическое занятие)	2
68	Итоговый мониторинг	1