

Приложение №1 к адаптированной основной образовательной программе
основного общего образования

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

для обучающихся 5-7 классов

с задержкой психического развития (вариант 7.1.)

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа (далее- программа) по «Основы безопасности жизнедеятельности» для обучающихся с задержкой психического развития (далее – ЗПР) на уровне основного общего образования составлена на основе требований к результатам освоения АООП ООО, представленных в ФГОС ООО, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в рабочей программе воспитания, с учетом особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР и предусматривает непосредственное применение при реализации АООП ООО для обучающихся с ЗПР.

Природная, техногенная и социальная среда, в которой сегодня живут люди, наполнена многочисленными факторами, представляющими потенциальную опасность, разную по степени влияния на жизнь и здоровье человека. Такими факторами являются природные, техногенные и социальные чрезвычайные ситуации.

К природным чрезвычайным ситуациям относят различные стихийные бедствия (землетрясения, штормы, сели, извержения вулканов и пр.); к техногенным — аварии и техно- генные происшествия; к социальным — ситуации, связанные с актами терроризма, асоциальным поведением людей, а так- же бытовые ситуации, провоцируемые нарушением правил технической безопасности в быту, дорожные, характеризующие поведение человека на дорогах, в транспорте, имеющее негативные последствия для здоровья людей и благополучия окружающей среды.

Статистические данные говорят о том, что с конца XX в. число техногенных аварий и катастроф в мире резко увеличилось. Особенно участились транспортные, дорожные, авиационные, морские и речные происшествия. Многие из них сопровождаются людскими потерями, огромными материальными затратами.

Часто их причиной является человеческий фактор. Известно, что нравственная составляющая цивилизации отстаёт от научно-технического прогресса, что приводит к недостаточной осознанности, рефлексии своего поведения гражданами, увеличению риска отрицательных последствий их действий. Так, по данным Всемирной организации здравоохранения, смертность от несчастных случаев на производстве, транспорте и в быту занимает третье место после сердечно- сосудистых и онкологических заболеваний. По данным официальной статистики, в настоящее время в России ежегодно в авариях и катастрофах погибает более 50 тыс. человек, а от несчастных случаев, связанных с отравлением фальсифицированными

(суррогатными) спиртными напитками, — более 40 тыс. человек.

Необдуманное вмешательство человека в природу приводит к нарушению экологической гармонии (загрязнению воздуха, воды, почвы, нарушению природных сообществ и др.) и возникновению ситуаций, которые негативно влияют на жизнь и здоровье людей. Не у каждого современного человека в достаточной степени развита способность быстро оценить возникшую ситуацию, принять верное решение, от которого зависят благополучие, здоровье, а подчас и жизнь как его самого, так и окружающих людей.

В современных условиях интенсификации любой деятельности человека, усложнения используемых им технических средств возрастает общественное значение состояния здоровья каждого человека. Сохранение и укрепление здоровья каждого гражданина является важнейшей государственной задачей.

В государственных документах подчёркивается, что сознательная ориентация на здоровый образ жизни и выполнение правил сохранения и укрепления здоровья должна стать важнейшим критерием культуры человека XXI в.

Одной из ключевых образовательных задач в основной школе является формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение и выполнение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил безопасного поведения на транспорте и дорогах.

Школьники 5—7 классов уже вполне самостоятельно передвигаются по улицам и дорогам, посещают игровые площадки, выбирают по своему усмотрению занятия и игры. Они довольно часто находятся дома одни, пользуются бытовыми электроприборами и газовыми плитами, участвуют в разнообразной семейной хозяйственно-бытовой деятельности. Недостаточная готовность к принятию правильных решений в различных жизненных ситуациях, а иногда отсутствие способности к предвидению последствий своего поведения, неумение осуществлять самоконтроль и самооценку довольно часто приводят подростка к ошибочным действиям, несчастным случаям и трагическим результатам.

Основные цели изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»:

формирование у обучающихся с ЗПР сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих;

развитие навыков сохранения жизни и здоровья в неблагоприятных, угрожающих жизни условиях, умений оказывать своевременную и грамотную помощь себе и другим пострадавшим;

воспитание способности к самоконтролю и самооценке поведения в

ситуациях, которые могут стать опасными для жизни и здоровья окружающих, развитие умения предвидеть последствия своего и чужого поведения;

воспитание организованности, дисциплинированности, стремления к самосовершенствованию, физическому и духовно-нравственному развитию. Особенность курса «Основы безопасности жизнедеятельности» состоит в его практической направленности. Главными методами обучения являются рефлексивный анализ конкретных жизненных ситуаций, с которыми могут встретиться обучающиеся с ЗПР, а также практические занятия, на которых они получают умения и навыки, необходимые для предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, правильного поведения в тех случаях, если они произошли. В процессе изучения курса не только расширяются представления обучающихся с ЗПР о правилах безопасности в повседневной жизни, но и обсуждаются конкретные реальные ситуации, связанные с бытовыми, природными, техногенными и социальными явлениями, которые могут быть опасны для здоровья и жизни человека.

Многие проблемы, раскрываемые в программе курса

«Основы безопасности жизнедеятельности», особенно актуальны для старших подростков, так как связаны с вредными привычками, асоциальным поведением и чрезвычайными ситуациями социального характера.

На практических занятиях у обучающихся с ЗПР формируется способность предвидеть опасность той или иной, казалось бы, обычной жизненной ситуации, происходит становление умений действовать и оказывать помощь (психологическую, организационную, медицинскую) в различных чрезвычайных ситуациях.

Школьники получают элементарные знания о законах Российской Федерации, касающиеся безопасности личности, общества и государства.

Таким образом, изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» вносит важный и существенный вклад в развитие гармоничной личности российского школьника.

Конструирование курса осуществляется с учётом следующих дидактических принципов, которые опираются на личностно-ориентированный и деятельностный подходы в образовании:

учёт требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования по предметной области «Основы безопасности жизнедеятельности» (приоритетные цели образования; планируемые результаты обучения; требования к личностным, метапредметным и предметным достижениям обучающихся с ЗПР);

реализация принципа природосообразности предполагает учёт актуальности отобранного содержания для подросткового этапа развития,

Приложение №1 к АООП ООО
психологического статуса, потребностей, интересов, трудностей и проблем повседневной жизни старших подростков;

принцип психологической обусловленности позволяет обучающимся с ЗПР быть субъектом познавательной деятельности, формировать осознанное отношение к проблемам здоровья, сохранения жизни и эмоционального благополучия, а также рефлексивные качества (регулирование своего поведения, самоконтроль, самооценка);

принцип практико-ориентированной учебно-познавательной деятельности даёт обучающимся с ЗПР возможность формировать конкретные умения и навыки, способности оценивать и контролировать свои действия, предвидеть последствия своего и чужого поведения и своевременно их исправлять; реализацию данного принципа обеспечивает система практических занятий;

культурологический принцип даёт возможность расширить круг представлений школьников о проблемах здоровья, его укреплении и охране, о видах чрезвычайных ситуаций и правильном поведении в них. Материалы рубрик «Для любознательных» и «Это полезно знать!» в учебниках позволяют поддерживать интерес обучающихся с ЗПР к данному предмету, развивают у них мотивацию к его изучению.

Рабочая программа поможет учителю эффективно использовать образовательный и воспитательный потенциал общеобразовательной организации и обеспечить формирование важнейших компетенций обучающихся с ЗПР.

Программное содержание курса построено по линейно-концентрическому принципу, то есть раскрывается последовательно, постепенно усложняясь и расширяясь. Предусмотрено выполнение обучающимися практических работ, рекомендуются темы проектной деятельности.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

5—7 классы

Введение

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Символическое изображение правил безопасности жизнедеятельности. Что такое здоровый образ жизни. Природные и техногенные чрезвычайные ситуации.

Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя

Организм человека и его безопасность. Почему нужно знать свой организм. Особенности организма человека. Какие системы органов есть у человека. За что «отвечают» эти системы органов, их характеристика. Укрепление нервной системы: что нервная система «любит» и чего «не любит». Тренировка сердца. Развитие дыхательной системы, дыхательные упражнения для утренней гимнастики. Правильное (рациональное) питание: умеренность, сбалансированность, разнообразие, своевременность. Виды углеводов («медленные», «быстрые»), их влияние на организм и здоровье человека. Пирамида сбалансированного питания. Признаки отравления. Первая помощь при отравлении. Аллергия. Здоровье органов чувств. Сохранение зрения. Слух, обоняние, вкус. Первая помощь при повреждении глаз.

Психическое здоровье человека. Показатели психического здоровья и нездоровья. Умение сдерживать свои эмоции. Признаки стресса. Развитие волевых качеств.

Социальное здоровье человека. Что определяет социальное здоровье человека. Умеем ли мы общаться. Учение — социально важная деятельность. Фанаты и поклонники. Чем опасен фанатизм.

Как вести здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье: условия жизни, образ жизни, врождённые особенности, качество медицинского обслуживания. Организованность и здоровье. Организованность и планирование своей жизни — условия сохранения здоровья. Чистота — залог здоровья. Правила личной гигиены. Тщательно вымытые овощи и фрукты как условие сохранения здоровья. Как не заразиться глистами. Дизентерия — болезнь грязных рук. Движение — это жизнь. Положительное влияние физкультуры на организм человека. Комплекс упражнений для поддержания двигательной активности. Программа повышения уровня своей физической подготовки. Поговорим о закаливании. Закаливание как условие сохранения и укрепления здоровья.

Значение закаливания для здоровья человека. Правила закаливания. Компьютер и здоровье. Отрицательное влияние компьютера на здоровье человека: усталость, переутомление, перевозбуждение, ухудшение зрения, отрицательное эмоциональное состояние, «синдром круглой спины». Правила безопасного пользования компьютером. Упражнения, которые позволяют не допустить негативных последствий при работе с компьютером. Безопасность в Интернете. Что нужно знать об интернет-мошенничестве. Как уберечь себя от инфекционных заболеваний.

Мой безопасный дом

Наводим в доме чистоту. Мыши, крысы, тараканы — животные не домашние. Распространение грызунами и тараканами опасных инфекционных заболеваний. Чистота — важное условие успешной борьбы с грызунами и тараканами. Соблюдение гигиенических правил при проведении хозяйственных работ (мытьё посуды, уборка помещений).

Дела домашние: техника безопасности. Проявление осторожности и предусмотрительности при проведении хозяйственных работ (работа с клеем, молотком, пилой и пр.). Правила безопасного поведения при появлении запаха газа, при пожаре. Безопасное электричество и безопасный газ. Правила пользования электроприборами; условия для возникновения коротких замыканий и пожаров, получения ожогов и травм. Правила безопасного пользования газом. Первая помощь при ушибах, отравлении клеем, его парами, бытовым газом и электрическим током.

Школьная жизнь

Виды современного транспорта. Какие виды транспорта существуют: наземный и подземный, воздушный, водный, космический. Наземный и подземный транспорт: рельсовый и безрельсовый.

Выбор пути: безопасная дорога в школу. Поведение на улицах и дорогах. Знание адреса школы, названий ближайших остановок транспорта. Участники дорожного движения: пассажиры, пешеходы, водители. Соблюдение Правил дорожного движения — главное условие сохранения жизни и здоровья. Необходимость внимательного отношения к дорожной обстановке, оценка дорожной ситуации. Знаки дорожного движения: предупреждающие, запрещающие, предписывающие и другие. «Дорожные ловушки». Правила передвижения на регулируемых и нерегулируемых перекрёстках и улицах. Правила безопасного поведения пешехода и пассажира. Правила безопасного поведения в самолёте, поезде, на теплоходе.

Приложение №1 к АООП ООО

Правила поведения в школе. Общие правила поведения в школьных помещениях и на территории школы. Поведение на уроках, переменах, в столовой, раздевалке и других школьных помещениях. Общение со сверстниками. Поведение в школе, которое может привести к беде. Предупреждение конфликтов. Признаки сотрясения мозга. Первая помощь при подозрении на сотрясение мозга, ушибах и кровотечениях. Заболевший ученик в школе. Помощь заболевшему сверстнику. Ориентирование в школьных помещениях. Меры по предупреждению пожаров. Правила эвакуации и безопасного поведения при пожаре. Первая помощь при отравлении угарным газом и при ожогах.

На игровой площадке

Правила поведения на игровой площадке. Подготовка к прогулке: выбор обуви и одежды. Безопасное поведение на игровой площадке. Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием, при езде на велосипеде, роликовых коньках и пр. Зимние игры. Безопасность при катании на санках и ледянках. Предусмотрительность и осторожность во время игр. Особенности поведения на игровой площадке при условии близости игровой зоны для самых маленьких детей. Оказание первой помощи при ушибах, вывихах и переломах. Животные на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой. Способность определить настроение и возможные действия животного по его позе и поведению. Предусмотрительность и осторожность. Первая помощь при укусе собаки.

Безопасность в обществе (социуме)

Какие конфликты возникают в социуме. Что такое общество (социум). Понятие о конфликте. Мошенничество. Шантаж и угрозы — социальные опасности. Буллинг. Ответственность за буллинг, насилие и травлю. Опасные молодёжные увлечения.

Чрезвычайные ситуации социального характера. Виды чрезвычайных ситуаций социального характера. Понятие об экстремизме. Особо опасные чрезвычайные ситуации социального характера: вооружённые конфликты, террористические акты, массовые беспорядки.

Роль государства и общества в обеспечении безопасности жизни и здоровья граждан Российской Федерации. Политическая, социальная и воспитательная функции государства. Роль государства и каждого гражданина в предупреждении социальных чрезвычайных ситуаций.

На природе

Умеете ли вы ориентироваться? Что такое ориентир. Ориентирование по компасу, солнцу, часам, Полярной звезде и местным признакам. Измерение расстояния на местности. Если вы заблудились в лесу. Как подавать сигналы о помощи.

Чрезвычайные ситуации природного характера. Виды и характеристика природных чрезвычайных ситуаций. Правила безопасного поведения в таких ситуациях.

Природа полна неожиданностей! Опасности, которые могут встретиться в природе. Общие правила поведения в лесу и на водоёме. Правила поведения в экстремальных ситуациях (потеря ориентиров на незнакомой местности и др.). Правила поведения при встрече с опасными животными (насекомые,

змеи, другие дикие животные). Первая помощь при укусе насекомых и змей. Опасности, которые таит вода. Выбор места для купания и его оценка. Правила безопасного поведения на воде при купании и катании на лодке. Оценка состояния льда в холодное время года. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные препятствия. Предусмотрительность и осторожность во время преодоления водных препятствий. Первая помощь при судороге, солнечном ударе. Правила проведения сердечно-лёгочной реанимации.

Туристский поход: радость без неприятностей

Перед походом... Правила организации безопасного туристского похода. Подбор снаряжения и продуктов питания. Одежда и обувь для похода. Правила укладки рюкзака. Спальный мешок. Первая помощь при потёртости, мозоли. Походная аптечка.

В походе... Режим дня в многодневном походе. Правила организации режима дня туриста: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий и игр. Походная еда, правила её приготовления. Съедобные и ядовитые грибы. Первая помощь при отравлении грибами и получении ожогов.

Когда человек сам себе враг

Алкоголь наносит удары по организму. Вред алкоголя для здоровья, умственной деятельности и поведения человека. Особая опасность приёма алкоголя в подростковом возрасте.

Курение убивает. Вред табакокурения для здоровья человека. Особая опасность курения в подростковом возрасте.

Практические работы (примерные темы работ)

- Измерение пульса, проверка своей выносливости.
 - Способы тренировки дыхательной системы (выполнение дыхательных упражнений).
 - Определение степени загрязнения воды.
 - Режим питания подростка.
 - Гимнастика для глаз.
 - Выполнение упражнений для снятия напряжения с разных групп мышц.
 - Самооценка: развитие волевых качеств.
 - Выполнение физических упражнений.
 - Индивидуальная программа закаливания.
 - Правила безопасного пользования компьютером.
 - Выбор безопасного пути из дома в школу.
 - Оценивание дорожной обстановки.
 - Правила дорожного движения Российской Федерации.
 - Обсуждение различных ситуаций, связанных с поведением в школе.
 - Тренировка в проведении эвакуации из здания школы при возникновении пожара.
 - Действия при пожаре в школе.
 - Первая помощь при лёгких травмах и переломах.
 - Анализ настроения и намерений собаки.
 - Определение ориентиров на плане местности.
 - Овладение навыками работы с компасом.
 - Определение сторон света по солнцу.
 - Определение сторон света по местным признакам.
 - Измерение расстояний на местности.
 - Оказание первой помощи при укусах насекомых и змей.
 - Приёмы сердечно-лёгочной реанимации.
 - Режим дня в многодневном туристском походе.
- Проектная деятельность 1 (примерные темы работ)
- Слух человека и животных. Сравнительная характеристика.
 - Как сохранить обоняние?
 - Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его?
 - Одиночество — путь к социальному нездоровью человека.
 - Наши предложения: как улучшить психическое здоровье человека.
 - Медиасреда, не навреди!

- Роль государства и каждого гражданина в чрезвычайных ситуациях.

■ Какие вредные вещества содержатся в одной сигарете?

1 Темы проектной деятельности учитель может корректировать в соответствии с интересами обучающихся с ЗПР, условиями деятельности и возможностями образовательной организации.

Место курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в учебном плане общеобразовательной организации

В условиях особого внимания образовательных организаций и всей системы образования к проблемам здоровьесбережения и осознания социальной важности изучения основ безопасности жизнедеятельности эти вопросы начинают изучать уже с первого школьного звена. В начальной школе знания об основах и охране жизнедеятельности человека включены в содержание курса «Окружающий мир».

В соответствии с Федеральным образовательным стандартом основного общего образования обязательное изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» предусмотрено в 8—9 классах. Вместе с тем, руководствуясь правом образовательной организации использовать часть учебного времени по собственному усмотрению, а также учитывая актуальность изучения данного курса для формирования культуры общения обучающихся с ЗПР с окружающим миром, развития умения правильно вести себя в различных чрезвычайных ситуациях, целесообразно начинать изучение предмета в основной школе с 5 класса. Это будет способствовать расширению и углублению знаний, которые обучающиеся с ЗПР получили в курсе

«Окружающий мир» начальной школы, а также послужит пропедевтикой процесса изучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в последующих классах.

С учётом конкретных условий функционирования образовательной организации, потребностей региона, особенностей природного и географического окружения, наличия промышленных объектов, представляющих потенциальную опасность, а также статусной характеристики обучающихся с ЗПР в данной образовательной организации курс

«Основы безопасности жизнедеятельности» может изучаться и в рамках внеклассной деятельности (факультативы, кружки, центры развития и др.).

В 5—7 классах на изучение курса «Основы безопасности жизнедеятельности» может быть отведён 1 час в неделю. Если же региональные особенности и условия функционирования образовательной организации позволяют, то количество учебных часов может быть увеличено

Приложение №1 к АООП ООО

(например, до 2 часов в неделю, а всего за год — до 70 часов). Это позволит более качественно, обстоятельно и конкретно ознакомить обучающихся с ЗПР с проблемами безопасности жизнедеятельности, которые для данного региона являются особенно актуальными, и научить их необходимым практическим действиям.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты

- Освоение социальных норм поведения, социальных ролей, связанных с необычными, неожиданными, опасными и чрезвычайными ситуациями;
- сформированность социально значимых межличностных отношений, ценностных жизненных установок и нравственных представлений;
- эмоционально-отрицательная оценка потребительского отношения к окружающей среде, к проявлению асоциального поведения;
- формирование способности предвидеть результаты своих действий, корректировать те из них, которые могут привести к нежелательным и/или опасным последствиям;
- устойчивое стремление и готовность к саморазвитию и личностному совершенствованию.

Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)

Познавательные

Обучающиеся с ЗПР научатся:

- использовать умственные операции (анализ, синтез, сравнение, классификация и др.) для оценки, интерпретации и обобщения получаемой информации;
- сопоставлять информацию по одной и той же проблеме, полученную из различных источников и в разных видах (текст, иллюстрация, графическое представление);
- сравнивать чрезвычайные ситуации и классифицировать их по степени опасности для жизни и здоровья людей;
- осуществлять поиск информации, необходимой для выбора правильных решений в опасных и чрезвычайных ситуациях, связанных с бытом, повседневной школьной жизнью, природными и техногенными происшествиями.

Регулятивные

Обучающиеся с ЗПР

научатся:

- планировать по собственному побуждению свою жизнь и деятельность, ориентируясь на изученные правила безопасного поведения в различных ситуациях;
- контролировать своё поведение, проявлять желание и способности предвидеть последствия своих действий и поступков;
- оценивать различные опасные и чрезвычайные ситуации, определять ошибки и недостатки в действиях людей, попавших в такие ситуации, искать способы устранения негативных последствий.

Коммуникативные

Обучающиеся с ЗПР

научатся:

- участвовать в диалоге (высказывать своё мнение, терпимо относиться к разным мнениям, объективно оценивать суждения участников);
- формулировать обобщения и выводы по изученному материалу;
- составлять обоснованные суждения о правилах безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях;
- характеризовать термины и понятия (в рамках изученных), пользоваться энциклопедиями и словарями для уточнения их значения и смысла;
- характеризовать термины и причины происходящих негативных явлений и событий, делать выводы о возможных способах их предупреждения.

Предметные результаты

Обучающиеся с ЗПР

научатся:

- объяснять смысл основных терминов и понятий (в рамках изученного материала);

- характеризовать государственную политику, связанную с предотвращением различных чрезвычайных ситуаций и ликвидацией их последствий (в рамках изученного материала);
- раскрывать особенности семьи как важного социального института; характеризовать факторы, влияющие на взаимоотношения в семье;
- выявлять положительные и отрицательные факторы, влияющие на здоровье и благополучие человека;
- раскрывать правила и особенности организации безопасного туризма, отдыха, игр и занятий;
- классифицировать и характеризовать основные виды чрезвычайных ситуаций, отличать особенности каждого вида;
- анализировать и оценивать различные ситуации, связанные с опасностями для здоровья и жизни отдельного человека и населения в масштабах региона;
- различать чрезвычайные ситуации разного вида (природные, техногенные, социальные); приводить информацию о таких ситуациях;
- предвидеть возможные последствия своих действий и поведения в различных ситуациях;
- проявлять стремление противостоять негативным влияниям окружающей социальной среды, сверстников и взрослых;
- организовывать режим и распорядок своей жизнедеятельности, включая в неё двигательную активность, закаливание и другие мероприятия;
- проявлять разумную предосторожность в выборе мест для игр, при пользовании бытовыми электрическими и газовыми приборами;
- правильно ориентироваться в дорожной обстановке, строго соблюдать Правила дорожного движения;
- оказывать первую помощь при различных травмах.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

Тема	Содержание урока	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся с ЗПР
Введение	Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Символическое изображение правил безопасности жизнедеятельности. Природные и техногенные чрезвычайные ситуации	<p>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника.</p> <p>Участие в учебном диалоге: анализ иллюстраций учебника и характеристика понятия «здоровый образ жизни».</p> <p>Работа в группах: анализ иллюстраций учебника и обсуждение опасностей, подстерегающих нас в природной среде</p>
Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя	Организм человека и его безопасность. Функции разных систем органов тела. Почему нужно знать свой организм. Укрепление нервной системы, тренировка сердца, дыхательной системы. Принципы рационального питания. Признаки отравления.	Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».

Первая помощь при отравлении пищевой аллергии

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубриками «Медицинская страничка» и «Для любознательных». Участие в учебном диалоге: анализ высказываний; анализ текста и иллюстраций учебника; формулирование правил бережного отношения к дыхательной системе.

Работа в парах: анализ иллюстраций учебника и характеристика функций одной из систем органов человека.

Практическая деятельность: измерение пульса, проверка своей выносливости; способы тренировки дыхательной системы (выполнение дыхательных упражнений); определение степени загрязнения воды; режим питания подростка; гимнастика для глаз.

		<p>Проектная деятельность: «Слух человека и животных. Сравнительная характеристика», «Как сохранить обоняние?», «Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его?»</p>
	<p>Психическое здоровье человека. Показатели психического здоровья и нездоровья. Умение сдерживать свои эмоции.</p> <p>Признаки стресса. Развитие волевых качеств</p>	<p>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника.</p> <p>Участие в учебном диалоге: анализ высказываний.</p> <p>Практическая деятельность: упражнения для снятия напряжения с разных групп мышц; самооценка: развитие волевых качеств</p>
	<p>Социальное здоровье человека. Что определяет социальное здоровье человека. Умеем ли мы общаться. Учение — социально важная деятельность. Фанаты и поклонники. Чем опасен фанатизм</p>	<p>Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».</p> <p>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубрикой «Для любознательных».</p> <p>Участие в учебном диалоге: анализ высказываний; анализ текста и иллюстраций учебника.</p>

		<p>Работа в группах: обсуждение пословиц и поговорок; подготовка памятки по правилам общения; анализ иллюстраций учебника и подготовка сообщения о видах коллективной деятельности школьников.</p> <p>Проектная деятельность: «Одиночество — путь к социальному нездоровью человека»;</p> <p>«Наши предложения: как улучшить психическое здоровье человека»;</p> <p>«Медиасреда, не навреди!».</p>
	<p>Как вести здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье.</p> <p>Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные несоблюдением правил гигиены (дизентерия, глисты, вши).</p> <p>Движение — это жизнь. Комплексы упражнений и игры для поддержания двигательной активности. Закаливание.</p>	<p>Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».</p> <p>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубриками «Медицинская страничка» и «Для любознательных»;</p> <p>составление рассказа о возможных путях заражения глистами.</p>

	<p>Компьютер и здоровье. Правила безопасного пользования компьютером.</p> <p>Безопасность в Интернете. Что нужно знать об интернет-мошенничестве.</p> <p>Как уберечь себя от инфекционных заболеваний</p>	<p>Участие в учебном диалоге: анализ ситуаций; анализ текста и иллюстраций учебника.</p> <p>Работа в парах: анализ текста учебника и составление памятки о правилах личной гигиены.</p> <p>Работа в группах: анализ высказываний; анализ иллюстраций учебника.</p> <p>Практическая деятельность: выполнение физических упражнений; индивидуальная программа закаливания; правила безопасного пользования компьютером</p>
<p>Мой безопасный дом</p>	<p>Наводим в доме чистоту. Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте.</p>	<p>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника.</p>
	<p>Животные и насекомые, распространяющие инфекцию в доме (мыши, тараканы, клопы).</p>	<p>Участие в учебном диалоге: анализ высказываний.</p> <p>Работа в парах: анализ иллюстраций учебника; формулировка правил мытья посуды и составление памятки.</p>

<p>Правила уборки квартиры и мытья посуды</p>	<p>Работа в группах: составление плана уборки дома</p>
<p>Дела домашние: техника безопасности. Техника безопасности в доме. Безопасное электричество и безопасный газ. Правила пользования электроприборами. Первая помощь при ушибах, отравлении клеем, его парами, бытовым газом и при поражении электрическим током</p>	<p>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубрикой «Медицинская страничка». Участие в учебном диалоге: анализ иллюстраций учебника; обсуждение возможных источников опасности в квартире; обсуждение правил техники безопасности; обсуждение правил безопасности при пользовании электроприборами</p>

6 класс

Тема	Содержание урока	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся с ЗПР
Введение	Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности»	Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника
Школьная жизнь	Виды современного транспорта. Какие виды транспорта существуют: наземный и подземный, воздушный, водный, космический. Наземный и подземный транспорт: рельсовый и безрельсовый	Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните». Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника. Работа в парах: подготовка сообщения о современных видах транспорта
	Выбор пути: безопасная дорога в школу. Школьная жизнь начинается с дороги. Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения. Дорожное движение в населённом пункте и за городом. Безопасная дорога. Выбор безопасного пути в школу. Правила поведения на дорогах и улицах	Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните». Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубрикой «Для любознательных». Участие в учебном диалоге: анализ высказываний; анализ текста и иллюстраций учебника.

		<p>Работа в группах: анализ иллюстраций учебника и составление схемы о различных</p>
	<p>«Дорожные ловушки»: способы определения опасных для пешехода мест и ситуаций. Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира в разных видах транспорта</p>	<p>способах регулирования дорожного движения; подготовка небольшого рассказа для школьников младших классов о правилах перехода дороги при отсутствии дорожных знаков и дорожной разметки; инсценировка правил проведения в транспорте.</p> <p>Практическая деятельность: выбор безопасного пути из дома в школу; оценивание дорожной обстановки; Правила дорожного движения Российской Федерации</p>
	<p>Правила поведения в школе. Общие правила поведения в школьных помещениях и на территории школы. Поведение на уроках, переменах, во время передвижения по школе, в столовой. Безопасное общение. Первая помощь при подозрении на сотрясение мозга, ушибах и кровотечениях. Помощь заболевшему сверстнику.</p>	<p>Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».</p> <p>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубрикой «Медицинская страничка».</p> <p>Участие в учебном диалоге: анализ текста и иллюстраций учебника.</p> <p>Работа в парах: анализ иллюстраций учебника.</p>

		<p>Работа в группах: анализ высказываний</p> <p>и составление памятки о правилах поведения в школе; разработка условных обозначений, которые помогут определить назначение помещений в школе.</p>
	<p>Ориентирование в школьных помещениях. Меры по предупреждению пожаров, правила эвакуации при пожаре. Первая помощь при отравлении угарным газом и при ожогах</p>	<p>Практическая деятельность: обсуждение ситуаций, связанных с поведением в школе; тренировка в проведении эвакуации из здания школы при возникновении пожара; действия при пожаре в школе</p>
<p>На игровой площадке</p>	<p>Правила поведения на игровой площадке. Подготовка к прогулке. Выбор одежды и обуви с учётом погоды и планируемых подвижных игр. Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием на площадке, при езде на велосипеде. Зимние игры, безопасность при катании на санках и ледянках. Первая помощь при ушибах, вывихах и переломах. Поиск подростками «приключений»: оправдан ли риск. Животные на игровой площадке. Правила поведения при</p>	<p>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубрикой «Медицинская страничка».</p> <p>Участие в учебном диалоге: анализ текста и иллюстраций учебника.</p> <p>Работа в парах: сравнение правил езды на роликовых коньках и правил катания на велосипеде.</p> <p>Работа в группах: анализ иллюстраций учебника.</p>

	<p>встрече с собакой. Первая помощь при укусе собаки</p>	<p>Практическая деятельность: первая помощь при лёгких травмах и переломах; анализ настроения и намерений собаки</p>
<p>Безопасность в обществе (социуме)</p>	<p>Какие конфликты возникают в социуме. Что такое общество (социум). Понятие о конфликте. Мошенничество. Шантаж и угроза — социальные опасности.</p> <p>Буллинг. Ответственность за буллинг, насилие и травлю. Опасные молодёжные увлечения</p>	<p>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника.</p> <p>Участие в учебном диалоге: анализ схемы и формулирование понятия «общество» («социум»); анализ текста учебника.</p> <p>Работа в парах: анализ текста учебника. Работа в группах: анализ схемы учебника; подготовка сообщения об опасных молодёжных увлечениях</p>
	<p>Чрезвычайные ситуации социального характера. Виды чрезвычайных ситуаций социального характера. Понятие об экстремизме. Особо опасные чрезвычайные ситуации социального характера: вооружённые</p>	<p>Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».</p> <p>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника.</p>

	<p>конфликты, террористические акты, массовые беспорядки</p>	<p>Участие в учебном диалоге: анализ текста учебника.</p> <p>Работа в парах: составление памятки о правилах поведения при захвате в заложники.</p> <p>Работа в группах: подготовка плаката на тему «Нет экстремизму!»</p>
	<p>Роль государства и общества в обеспечении безопасности жизни и здоровья граждан Российской Федерации. Политическая, социальная и воспитательная функции государства. Роль государства и каждого гражданина в предупреждении социальных чрезвычайных ситуаций</p>	<p>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника.</p> <p>Участие в учебном диалоге: анализ текста учебника.</p> <p>Проектная деятельность: «Роль государства и каждого гражданина в чрезвычайных ситуациях»</p>

7 класс

Тема	Содержание урока	Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся с ЗПР
Введение	Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности»	Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника
На природе	Умеете ли вы ориентироваться? Ориентирование на местности. Что такое ориентир. Ориентирование по компасу, солнцу и часам, Полярной звезде и местным признакам. Измерение расстояния на местности	<p>Роль государства и общества в обеспечении безопасности жизни и здоровья граждан Российской Федерации. Политическая, социальная и воспитательная функции государства. Роль государства и каждого гражданина в предупреждении социальных чрезвычайных ситуаций</p> <p>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубрикой «Для любознательных».</p> <p>Участие в учебном диалоге: анализ иллюстраций учебника и составление памятки о правилах подачи сигналов о помощи.</p>

	<p>Практическая деятельность: определение ориентиров на плане местности; овладение навыками работы с компасом; определение сторон света по солнцу; определение сторон света по местным признакам; измерение расстояний на местности</p>
<p>Чрезвычайные ситуации природного характера. Виды и характеристики природных чрезвычайных ситуаций. Правила безопасного поведения в таких ситуациях</p>	<p>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника.</p> <p>Работа в парах: анализ схемы и подготовка сообщения о видах чрезвычайных ситуаций природного характера</p>
<p>Природа полна неожиданностей! Характеристика опасностей, которые могут встретиться во время прогулок на природе. Общие правила поведения во время экскурсий в природу. Правила поведения в экстремальных ситуациях (при потере ориентиров на незнакомой местности и др.). Опасные встречи (звери, насекомые, другие дикие животные). Первая помощь при укусе насекомых и змей. Правила поведения на водоёмах. Выбор и оценка места для купания. Первая помощь при</p>	<p>Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».</p> <p>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубриками</p> <p>«Медицинская страничка» и «Для любознательных».</p>

	<p>судороге, солнечном ударе, утоплении. Правила проведения сердечно- лёгочной реанимации. Оценка состояния льда в холодное время года. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные преграды</p>	<p>Участие в учебном диалоге: анализ текста и иллюстраций учебника. Работа в парах: анализ текста учебника. Работа в группах: анализ иллюстраций учебника; составление памятки о правилах поведения при ледоходе. Практическая деятельность: оказание первой помощи при укусах насекомых и змей; приёмы сердечно-лёгочной реанимации</p>
<p>Туристский поход: радость без неприятностей</p>	<p>Перед походом... Значение туризма в жизни человека. Туризм — способ укрепления здоровья и эмоционального благополучия человека.</p>	<p>Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».</p>
	<p>История туризма в мире и в нашей стране.</p>	<p>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубриками «Медицинская страничка» и «Для любознательных».</p>
	<p>Тематика и цели туризма. Общие правила организации туристского похода. Подготовка к походу: требования к снаряжению. Одежда и обувь для турпохода. Личные вещи в походе.</p>	<p>Участие в учебном диалоге: анализ текста учебника. Работа в парах: составление списка изделий и средств медицинского назначения, которые должны быть в походной аптечке.</p>

	<p>Особенности продуктов питания, которые берутся в поход. Виды рюкзаков. Правила укладки рюкзака. Спальный мешок. Первая помощь при потёртости, мозоли. Походная аптечка</p>	<p>Работа в группах: определение цели и программы туристского маршрута; определение личного снаряжения для однодневного пешего похода и заполнение таблицы</p>
	<p>В походе... Режим дня в однодневном и многодневном турпоходе. Сочетание передвижения и отдыха. Правила организации ночлега, отдыха, передвижения. Режим питания в турпоходе.</p>	<p>Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните». Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубриками «Медицинская страничка» и «Для любознательных».</p>
	<p>Характеристика чрезвычайных и неожиданных ситуаций, их предвидение и ликвидация возможных причин. Первая помощь при болезнях, травмах. Полезные для туриста лекарственные растения. Предупреждение возможных случаев отравления грибами и ягодами. Меры безопасности при пользовании водой из природных водоёмов. Первая помощь при отравлении грибами и получении ожогов</p>	<p>Участие в учебном диалоге: анализ текста учебника. Работа в группах: анализ иллюстраций учебника. Практическая деятельность: режим дня в многодневном туристском походе</p>

<p>Когда человек сам себе враг</p>	<p>Алкоголь наносит удары по организму. Причины возникновения вредных привычек. При каких обстоятельствах человек сам себе враг. Вред алкоголя для организма подростка, его здоровья и самочувствия. Отрицательное влияние алкоголя на умственное развитие и успешность обучения школьника. Истоки традиционного отношения русского народа к злоупотреблению алкоголем</p> <p>Курение убивает. «Мода» на курение среди молодёжи.</p> <p>Медицинские исследования о вреде табакокурения для растущего организма. Самовоспитание: противодействие желанию закурить</p>	<p>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубрикой «Для любознательных».</p> <p>Участие в учебном диалоге: анализ текста и иллюстраций учебника.</p> <p>Работа в группах: разработка способов проведения весёлого праздника без употребления алкогольных напитков</p> <p>Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника.</p> <p>Участие в учебном диалоге: анализ текста и иллюстраций учебника.</p> <p>Работа в парах: анализ суждений и составление высказываний о вреде курения.</p> <p>Проектная деятельность: «Какие вредные вещества содержатся в одной сигарете?»</p>
------------------------------------	--	--