

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение средняя
общеобразовательная школа №49

УТВЕРЖДАЮ

Директор

Е.Ю.Каримова

Приказ № 64

от «29» августа 2025г.



ПРИНЯТО

на педагогическом совете

Протокол № 1

от «29» августа 2025г

АДАптированная РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Культура безопасности жизнедеятельности»

для обучающихся 4-х классов

вариант 1

с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)

г. Екатеринбург, 2025г.

Пояснительная записка

Адаптированная рабочая программа по предмету «КБЖ» разработана на основе следующих нормативных документов:

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

Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (вариант 1) ФГОС ОУО на 2025-2026 учебный год;

Учебный план ГБОУ СО «Екатеринбургская школа №1»

«Программы специальных (коррекционных) образовательных учреждений VIII вида.

Подготовительный, 1-4 классы» под ред. В.В.Воронковой, Москва: Просвещение 2010 г.;

адаптированной основной общеобразовательной программы (далее - АООП) ГБОУ

«Екатеринбургская школа №1». Данная программа рассчитана на 34 часа в год.

Цели программы:

формирование отношения к человеку и его здоровью как к ценности, выработка практических навыков безопасного поведения в социуме.

Задачи программы:

- Изучить краткие теоретические основы правил безопасного поведения и здорового образа жизни в соответствии с возрастом и особенностями учащихся;

- Сформировать мотивацию к здоровому образу жизни;

- Выработать практические навыки по оказанию первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях.

- Развивать умения и навыки планирования и организации деятельности, самостоятельности.

Процесс обучения неразрывно связан с решением специфической задачи общеобразовательных учреждений для детей с ОВЗ, коррекцией и развитием познавательной деятельности личностных качеств ребенка, а также воспитания трудолюбия, самостоятельности, терпеливости, настойчивости, воли, любознательности, умением осуществлять контроль и самоконтроль. К числу инновационных образовательных технологий, которые можно рассматривать как ключевое условие повышения качества образования, а также снижения нагрузки обучающихся и более эффективного использования учебного времени, можно отнести:

-развивающее обучение;

-проблемное обучение;

-разноуровневое обучение;

-коллективную систему обучения;

-технологию использования в обучении игровых методов;

-обучение в сотрудничестве (командная, групповая работа);

-информационно-коммуникационные технологии;

-здоровьесберегающие технологии и др.

Формы занятий данной программы определяются возрастными психофизиологическими особенностями учащихся. Занятия проводятся в основном в виде бесед, практических работ и сюжетно-ролевых игр, направленных на выработку навыка самостоятельной работы.

Программа предполагает использование разнообразных наглядных средств обучения: модели, макеты, настольные игры, гербарии; электронных средств обучения (компьютер, медиапроектор).

Обязательно включаются в содержание занятий такие элементы, как: - провоцирование в начале занятия интереса к новой теме с помощью загадок, вопросов, примеров, проблемных ситуаций, игровых ситуаций и т.д.;

- сюжетно-ролевые игры;

- активные паузы, проведение физкультминуток.

На занятиях дается право высказаться всем желающим учащимся и поощряется любая активность.

Именно подобные возможности приводят к искоренению у школьников тревоги по поводу проблем, связанных с самораскрытием и публичными выступлениями.

Требования к знаниям, умениям и навыкам обучающихся Обучающиеся должны знать:

- Причины травматизма;

- Виды травм;

- Правила езды на велосипеде;

- Элементарные способы оказания ПМП;
- О последствиях вредных привычек.

Обучающиеся должны уметь:

- Соблюдать правила личной гигиены;
- Оказывать ПМП;
- Отказываться от вредных привычек.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО КУРСА

I ЧЕТВЕРТЬ (8 ч)

Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях. Условия безопасности поведения учащихся. Предупреждение бытового травматизма (5 ч)

1. Можно ли уберечься от травм. Основные причины бытового травматизма среди детей- шалости.
2. Шалости на балконах, чердаках и крышах, у открытого окна, катание на лестничных перилах.
3. Игры с огнем, химические эксперименты с карбидом, серой и прочим.
4. Рогатки, самопалы. Прикасание к неизолированным электрическим проводам.
5. Баловство в лифте, на стройплощадках и местах ремонта дорог, у открытых люков, коммуникаций

Безопасность на воде (3 ч)

6. Водоемы нашей местности, правила купания в них и меры безопасности.
7. Безопасность на воде зимой.
8. Основные и подручные средства спасения на воде.

II ЧЕТВЕРТЬ (7 ч)

Безопасность пешеходов (1 ч)

1. Виды транспортных средств. Любой движущийся транспорт – угроза безопасности человека. Экскурсия.

Безопасность пешеходов (2 ч)

2. Интенсивность и скорость движения городского транспорта. Может ли машина (автобус, трамвай и т.д.) сразу остановиться? Тормозной путь. Тормозное расстояние
3. Как обходить остановившийся транспорт? Экскурсия.

Знаем ли мы правила дорожного движения (5 ч)

4. Соблюдение правил дорожного движения велосипедистами.
5. Причины дорожно-транспортного травматизма пешеходов (невыполнение пешеходами правил дорожного движения).
6. Несоблюдение пассажирами правил поведения в транспорте, недисциплинированность на улице и в транспорте.
7. Дорожные знаки.

III ЧЕТВЕРТЬ (11ч)

1Чтобы путь был счастливым.

Железнодорожный транспорт (3 ч)

2. Поведение школьников вблизи железнодорожных путей
3. Правила перехода и переезда через железнодорожные пути
4. Условия безопасности при пользовании электропоездами

Государственная инспекция безопасности дорожного движения (2 ч)

5. Предназначение и задачи ГИБДД
6. Что делать при ЧС на дороге

Основы медицинских знаний и охрана здоровья детей.

Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (5 ч)

7. Основные виды и причины травм в младшем школьном возрасте.
8. Первая медицинская помощь при травмах глаз, носовом кровотечении.
9. Выработка умений при оказании первой помощи при ссадинах, порезах, ожогах.
0. Выработка умений при оказании первой помощи при укусах насекомых и змей.
1. Выработка умений при оказании первой помощи при переломах, растяжении, вывихах.

IV ЧЕТВЕРТЬ (8 ч)

Основы здорового образа жизни (5 ч)

1. Основы здорового образа жизни и безопасность человека. Понятие о здоровье человека и факторах на него влияющих
2. Влияние окружающей среды на здоровье человека
3. Режим учебы и отдыха. Рациональное питание, физическая культура, закаливание
4. Личная и общественная гигиена. Инфекционные заболевания и их профилактика.

5. Начальные сведения о вредных привычках (курение, употребление алкоголя, наркотиков) и их влияние на здоровье человека.

Профилактические занятия. Экскурсия (4 ч)

6. Лекарственные и опасные растения, ягоды и плоды (порядок сбора и применение)

7. Ориентирование на местности. Определение сторон горизонта по местным ориентирам, по солнцу и по приборам.

8. Повторение правил дорожного движения. Экскурсия.

Календарно-тематическое планирование по КБЖ (4 класс, 1 час в неделю, 34 часа в год)

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Вид деятельности	Требования к уровню подготовки учащихся (результат)	Вид контроля	Дата проведения	
							План	Факт
I четверть 8ч.								
	Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях. - Предупреждение бытового травматизма.							
1	Можно ли уберечься от травм. Основные причины бытового травматизма среди детей-шалости.	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Научить предвидеть опасность; Формировать навыки безопасного поведения путем разбора конкретных ситуаций	Текущий		
2	Шалости на балконах, чердаках и крышах, у открытого окна, катание на	1	Комбинированный	Беседа, практическая	Научить правилам безопасного поведения на чердаках, крышах, у	Текущий		

	лестничных перилах.			работа	открытого окна			
3	Игры с огнем, химические эксперименты с карбидом, серой и прочим.	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Познакомить со свойствами карбида, серы; научить оказывать доврачебную помощь при ожогах	Текущий		
4	Рогатки, самопалы. Прикасание к неизолированным электрическим проводам.	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Познакомить со свойствами электричества, научить оказывать помощь человеку, пораженному электрическим током; показать опасность при использовании рогаток	Текущий		
5	Баловство в лифте, на стройплощадках и местах ремонта дорог, у открытых люков, коммуникаций	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Показать на конкретных ситуациях всю опасность баловства в лифтах, на стройплощадках, местах ремонта дорог, у открытых люков;	Текущий		
	Безопасность на воде							
6	Водоемы нашей местности, правила купания в них и меры безопасности	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Познакомить с водоемами, находящимися в черте города; научить правилам купания и мерам безопасности при купании	Текущий		

7	Безопасность на воде зимой	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Научить правилам безопасного поведения на льду	Текущий		
8	Основные и подручные средства спасения на воде	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Познакомить с основными и подручными средствами спасения на воде; научить правилам их использования	Текущий		
II четверть 7 ч.								
Безопасность пешеходов								
1	Виды транспортных средств. Любой движущийся транспорт – угроза безопасности человека. Экскурсия.	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Познакомить с различными видами транспортных средств; во время экскурсии заострить внимание детей на том, что дорога полна опасных неожиданностей	Текущий		
2	Интенсивность и скорость движения городского транспорта. Может ли машина (автобус, трамвай и т.д.) сразу остановиться? Тормозной путь. Тормозное расстояние	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа. Макет светофора, памятки, иллюстрации	Познакомить с понятиями «тормозной путь», «тормозное расстояние»; повторить правила перехода городских дорог Уметь: применять	Текущий		

				по теме урока	полученные знания на практике				
3	Как обходить остановившийся транспорт? Экскурсия.	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Научить обходить остановившийся автобус, троллейбус, трамвай Уметь: применять полученные знания на практике	Текущи й			
	Знаем ли мы правила дорожного движения								
4	Соблюдение правил дорожного движения велосипедистами	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Познакомить с правилами дорожного движения для велосипедистов Уметь: применять полученные знания на практике	Текущи й			
5	Причины дорожно-транспортного травматизма пешеходов (невыполнение пешеходами правил дорожного движения)	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Знать: правила движения пешеходов и транспортных средств по улицам. Познакомить со сводками дорожно-транспортного травматизма с участием	Текущи й			

					пешеходов за текущий год. Уметь: применять полученные знания на практике			
6	Несоблюдение пассажирами правил поведения в транспорте, недисциплинированность на улице и в транспорте.	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Знать: дорожные знаки. Сигналы светофора. Правила перехода дороги. Безопасное передвижение по улицам и дорогам. Уметь: применять полученные знания на практике	Текущий		
7	Дорожные знаки	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа. Модели дорожных знаков, светофора	Ознакомить с дорожными знаками; вспомнить правила безопасности поведения на дорогах Уметь: применять полученные знания на практике	Текущий		
8	Чтобы путь был счастливым	1	Комбинированный	Модели	Учить выполнять правила	Текущий		

				дорожных знаков, светофора	безопасного поведения на улицах и дорогах	й		
	Железнодорожный транспорт							
1	Поведение школьников вблизи железнодорожных путей	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Познакомить с правилами поведения вблизи железнодорожных путей Уметь: применять полученные знания на практике	Текущи й		
2	Правила перехода и переезда через железнодорожные пути	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Учить правилам перехода через ж/д пути, познакомить с правилами переезда через ж/д пути Уметь: применять полученные знания на практике	Текущи й		
3	Условия безопасности при пользовании электропоездами	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Познакомить с правилами безопасности при пользовании электропоездами Уметь: применять полученные знания на	Текущи й		

					практике			
	Государственная инспекция безопасности дорожного движения							
5	Предназначение и задачи ГИБДД	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Познакомить с назначением ГИБДД, ее функциями Уметь: применять полученные знания на практике	Текущи й		
6	Что делать при ЧС на дороге	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Научить правилам поведения при аварии на дороге Уметь: применять полученные знания на практике	Текущи й		
	Основы медицинских знаний и охрана здоровья детей. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи							
1	Основные виды и причины травм в младшем школьном возрасте	1	Комбинированный	Беседа, практическая	Познакомить с основными видами и причинами	Текущи й		

				работа	травм Уметь: применять полученные знания на практике			
2	Первая медицинская помощь при травмах глаз, носовом кровотечении	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Научить оказывать первую помощь при травмах глаз, при носовом кровотечении	Текущи й		
3	Выработка умений при оказании первой помощи при ссадинах, порезах, ожогах.	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Научить оказывать первую медицинскую помощь при ссадинах, порезах, ожогах	Текущи й		
4	Выработка умений при оказании первой помощи при укусах насекомых и змей	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Научить оказывать первую медицинскую помощь при укусах насекомых и при укусах змей	Текущи й		
5	Выработка умений при оказании первой помощи при переломах, растяжении, вывихах	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Научить оказывать первую медицинскую помощь при переломах, растяжении и вывихах	Текущи й		

	Основы здорового образа жизни							
1	Основы здорового образа жизни и безопасность человека. Понятие о здоровье человека и факторах на него влияющих	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Познакомить с понятием «здоровье человека» и факторами, влияющими на здоровье Уметь: применять полученные знания на практике	Текущий		
2	Влияние окружающей среды на здоровье человека	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Показать на конкретных примерах как среда влияет на здоровье человека Уметь: применять полученные знания на практике	Текущий		
3	Режим учебы и отдыха. Рациональное питание, физическая культура, закаливание	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Показать всю важность соблюдения режима дня, рационального питания и закаливания для здоровья растущего организма Уметь: оказать первую медицинской помощи (зеленка, йод)	Текущий		
4	Личная и общественная гигиена.	1	Комбинированный	Беседа,	Научить правилам личной	Текущий		

	Инфекционные заболевания и их профилактика.			практическая работа	гигиены; познакомить с инфекционными заболеваниями их профилактикой Уметь: применять полученные знания на практике	й		
5	Начальные сведения о вредных привычках (курение, употребление алкоголя, наркотиков) и их влияние на здоровье человека.	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Показать всю пагубность вредных привычек для здоровья человека Уметь: применять полученные знания на практике	Текущи й		
	Профилактические занятия							
6	Лекарственные и опасные растения, ягоды и плоды (порядок сбора и применение)	1	Комбинированный	Беседа, практическая работа	Познакомить с лекарственными и опасными растениями, ягодами; научить правильному сбору и применению Уметь: применять полученные знания на практике	Текущи й		

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 698875933354843316134420126408267428494147114495

Владелец Каримова Елена Юрьевна

Действителен с 20.04.2025 по 20.04.2026