

02-09

**муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Субботинская средняя общеобразовательная школа»  
Солнцевского района Курской области**

СОГЛАСОВАНО

Председатель педсовета

*Л.В. Субботина*

Субботина Л.В.

Приказ № 1 от «31» августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

*Ю.С. Голикова*

Голикова Ю.С.

Приказ № 1-60 от «31» августа 2023 г.



**Рабочая программа  
Внеурочной деятельности «Основы безопасности жизнедеятельности »,  
8»Б»класс.**

(обучение по адаптированной программе для детей с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушение интеллекта на 2023-2024 учебный год)

Составил учитель ОБЖ  
Леонидов Н.А.

Субботино  
2023г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Нормативно-правовыми основаниями разработки программы коррекционного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для обучающихся 8 специального класса с ограниченными возможностями здоровья (далее – Программа) являются:

- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" N 273-ФЗ от 29 декабря 2012 года с изменениями 2017-2016 года";

- Постановление главного государственного санитарного врача РФ от 10.07.2015 № 26 "Об утверждении СанПиН 2.4.3286-15 "Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения и воспитания в организациях, осуществляющих образовательную деятельность по адаптированным основным общеобразовательным программам для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья";

- Приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 N 1599 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)";

- Примерная адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015г. № 4/15);

- Программы для 5-9 классов специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида под редакцией В.В. Воронковой

**Цели** курса «Основ безопасности жизнедеятельности» являются

- сформировать у детей потребность предвидеть возможные жизненные экстремальные ситуации;
- формировать у учащихся сознательное и ответственное отношение к личной безопасности и безопасности окружающих
- приобретение ими навыков сохранения жизни и здоровья в неблагоприятных, угрожающих жизни условиях, оказание помощи пострадавшим.
- выработать достаточно твёрдые умения и навыки поведения в той или иной ситуации;
- обучить детей методам обеспечения личной безопасности.

**Главными задачами** обучения по данной программе являются:

- развитие у детей чувства ответственности за свое поведение, бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- стимулирование у ребенка самостоятельности в принятии решений и выработка умений и навыков безопасного поведения в реальной жизни;
- приобретение учащимся начальных знаний, умений и навыков в области безопасности жизни;
- формирование у детей научно обоснованной системы понятий основ безопасности жизнедеятельности;
- выработка необходимых умений и навыков безопасного поведения в повседневной жизни в случае возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций.

В курсе ОБЖ даются рекомендации по поведению на улицах и дорогах, рассматриваются необходимые меры безопасности при обращении с огнем, газом, в общении с животными и во многих других ситуациях.

Занятия по ОБЖ носят комплексный теоретический и практический характер.

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА

Курс ОБЖ в 8 специальном классе предназначен для начального формирования сознательного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих, приобретения первичных знаний и умений распознавать и оценивать опасные ситуации, определять способы защиты от них.

Поскольку курс имеет ярко выраженный прикладной характер, его усвоение учащимися возможно только через постоянные тренировки. Поэтому цель каждого занятия не только и не столько в том, чтобы дать соответствующий объем знаний, сколько в том, чтобы выработать достаточно твердые умения и навыки поведения в той или иной ситуации.

Комплексные занятия проводятся в целях закрепления и совершенствования знаний и навыков, практических действий, развития смекалки и инициативы, приобретения моральной и психологической устойчивости в условиях повышенной опасности.

Реализация программы позволит:

- привить обучающимся начальные знания, умения и навыки в области безопасности жизни;
- сформировать научно-обоснованную систему понятий основ безопасности жизнедеятельности;
- выработать необходимые умения и навыки безопасного поведения в повседневной жизни в случае возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций.

Особое значение имеет необходимость углубления и расширения определённых понятий основного курса, что обусловлено растущим интересом учащихся к умениям действовать в экстремальных ситуациях, развитию самостоятельности при решении социальных и бытовых проблем в сложных жизненных ситуациях.

В ходе реализации содержания программы учащиеся должны овладеть не только правилами безопасного поведения в различных ситуациях, но и путями и средствами укрепления здоровья: уметь оказывать первую медицинскую помощь, общаться со сверстниками и взрослыми, знать о значении природного окружения для здоровья человека.

Программой предусмотрены обязательные практические занятия:

- работа с дидактическим материалом (в игровой форме);
- изучение в реальной обстановке возможных в повседневной жизни опасных ситуаций (например, знакомство с правилами дорожного движения на улицах, площадях и перекрестках, расположенных вблизи школы).

Программа построена с учётом уровня подготовки и общего развития учащихся 8 специального класса и включает в себя основные, наиболее часто встречающиеся опасные ситуации, в которых ребёнок может оказаться дома, на улице, в школе, в природных условиях.

Главными задачами обучения по данной программе являются развитие у детей чувства ответственности за свое поведение, бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих; стимулирование у ребенка самостоятельности в принятии решений и выработка умений и навыков безопасного поведения в реальной жизни.

Формирование у учащихся навыков безопасного поведения изо дня в день возможно как в образовательном процессе, реализуемом в форме традиционного урока, так и в других формах дидактических занятий с применением инноваций. В этом плане рекомендуется методика проведения экскурсии как одной из наиболее эффективных форм дидактических занятий.

## **МЕСТО КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА В УЧЕБНОМ ПРЕДМЕТЕ**

Специальные коррекционные занятия по ОБЖ направлены на практическую подготовку детей к самостоятельной жизни, на формирование у них знаний и умений, способствующих социальной адаптации, на повышение уровня общего развития учащихся.

На всех этапах занятий в связи с изучаемым материалом необходимо следить за полнотой устных ответов, последовательностью изложения, умением детей правильно построить фразу, написать текст, обосновать вывод. В поле зрения учителя должно находиться развитие диалогической речи учащихся. С этой целью используются различные этапы занятий, сюжетно-ролевые ситуации, в ходе которых учащиеся вовлекаются в беседу.

Данная рабочая программа предполагает 1 часа в неделю при пятидневной рабочей неделе. Занятия по программе проводятся в форме урока (40 мин). Всего 34 часа в год.

Предлагаемое в рабочей программе распределение часов по темам соответствует программе специальных (коррекционных) образовательных учреждений.

Срок реализации 1 год.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

### **ЛИЧНОСТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА**

Программа обеспечивает достижения определенных личностных и предметных результатов.

#### **Личностные результаты**

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

#### **Предметные результаты**

##### **1. В познавательной сфере:**

- знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

##### **2. В ценностно-ориентационной сфере:**

- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

3. В коммуникативной сфере:

- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в беседе, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях

## **СОДЕРЖАНИЕ КОРРЕКЦИОННОГО КУРСА**

**Раздел 1 Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся – 16 часов**

**Тема 1. Противопожарная безопасность – 3 часа**

Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и последствия. Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения. Права и обязанности и ответственности граждан в области пожарной безопасности.

**Тема 2. Безопасное поведение на улицах и дорогах – 3 часа**

Безопасность на дорогах. Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизма людей. Организация дорожного движения, обязанности пешеходов и пассажиров. Велосипедист - водитель транспортного средства.

**Тема 3. Безопасное поведение на водоемах – 4 часа**

Безопасное поведение на водоемах в различных условиях. Безопасный отдых на водоемах. Оказание помощи терпящим бедствие на воде.

**Тема 4. Безопасное поведение на природе – 3 часа**

Ориентирование на местности. Понятие ориентира. Определение сторон горизонта по компасу, по солнцу и местным предметам. Безопасная переправа через водную преграду. Костер. Меры пожарной безопасности при разведении костра.

**Тема 5. Предупреждение бытового травматизма – 3 часа**

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

**Раздел 2 Основы здорового образа жизни – 10 часов**

**Тема 1. Основные понятия - «здоровье» и «здоровый образ жизни» - 3 часа**

Понятие здоровья и факторы, влияющие на него. Основы здорового образа жизни и безопасность человека. Режим дня. Двигательная активность. Здоровое питание. Профилактика пищевых отравлений. Инфекционные болезни. Пути передачи инфекционных заболеваний. Профилактика инфекционных заболеваний.

**Тема 2. Пути укрепления здоровья – 7 часов**

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 3. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи – 5 часов**

Основные виды травм у школьников, первая медицинская помощь. Основные виды травм: переломы, вывихи и растяжения связок. 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. Практические занятия по отработке навыков оказания первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при наружном кровотечении. Правила обработки ран. перевязка ран. Оказание первой помощи при ожогах и обморожении. Оказание первой помощи при отравлениях.

**Раздел 4. Защита человека в чрезвычайных ситуациях – 3 часа**

ЧС мирного и военного времени (аварии, катастрофы, военные конфликты). ЧС – что это? Правила поведения при ЧС. Уроки городской безопасности. Основные мероприятия ГО по защите населения. Городские службы спасения. МЧС. Умение преодолевать страх.

### Тематическое планирование

№ раздела	Наименование разделов, тем	Кол-во часов	Количество		
			теоретической части	практических работ	контрольных работ
<b>Раздел 1</b>	<b>Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся</b>	<b>16</b>	<b>11</b>	<b>3</b>	<b>2</b>
	Тема 1. Пожарная безопасность	3	3		
	Тема 2. Безопасное поведение на улицах и дорогах	3	3		
	Тема 3. Безопасное поведение на водоемах	4	2	1	1
	Тема 4. Безопасное поведение на природе	3	2	1	
	Тема 5. Предупреждение бытового травматизма	3	1	1	1
<b>Раздел 2.</b>	<b>Основы здорового образа жизни</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>1</b>
	Тема 1. Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни»	3	2	1	
	Тема 2. Пути укрепления здоровья	6	4	1	1
<b>Раздел 3.</b>	<b>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</b>	<b>6</b>	<b>2</b>	<b>4</b>	
<b>Раздел 4.</b>	<b>Защита человека в чрезвычайных ситуациях</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
<b>Итого:</b>		<b>34</b>	<b>20</b>	<b>10</b>	<b>4</b>

### Календарно ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов, тем	Количество часов	Основные виды учебной деятельности
<b>1 раздел</b>			
<b>Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся – 16 часов</b>			
<b>Противопожарная безопасность – 3 часа</b>			
<b>1</b>	Противопожарная безопасность. Вводное занятие. Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и последствия	<b>1</b>	Овладеть навыками осторожного обращения с огнём; научиться разговаривать по телефону. Сформировать правила безопасного поведения.
<b>2</b>	Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения	<b>1</b>	
<b>3</b>	Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности	<b>1</b>	

<b>Безопасное поведение на улицах и дорогах – 3 часа</b>			
<b>4</b>	Безопасность на дорогах. Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизма людей	<b>1</b>	Обобщить изученные знания. Определить безопасный путь в школу. Сформировать правила безопасного поведения на улицах города. Усвоить правила катания на велосипедах, меры безопасности, почему на улице опасно.  Анализировать ситуации на дорогах
<b>5</b>	Организация дорожного движения, обязанности пешеходов и пассажиров	<b>1</b>	
<b>6</b>	Велосипедист - водитель транспортного средства	<b>1</b>	
<b>Безопасное поведение на водоемах – 4 часа</b>			
<b>7</b>	Безопасное поведение на водоемах в различных условиях	<b>1</b>	Выработать правила поведения на воде, обсудить правила поведения.
<b>8</b>	Проверочная работа за I четверть	<b>1</b>	Выполнять предложенные тесты
<b>9</b>	Безопасный отдых на водоемах	<b>1</b>	Выработать правила поведения на воде. Формировать умения пользоваться правилами поведения на воде;
<b>10</b>	Оказание помощи терпящим бедствие на воде	<b>1</b>	
<b>Безопасное поведение на природе – 3 часа</b>			
<b>11</b>	Ориентирование на местности. Понятие ориентира.	<b>1</b>	Вырабатывать умение правильно вести себя в природе. Объяснять лесные опасности. Работать с компасом. Закрепить навыки поведения при обращении с огнём.
<b>12</b>	Определение сторон горизонта по компасу, по солнцу и местным предметам.	<b>1</b>	
<b>13</b>	Костер. Меры пожарной безопасности при разведении костра.	<b>1</b>	
<b>Предупреждение бытового травматизма – 3 часа</b>			
<b>14</b>	Основные причины травматизма у детей. Правила поведения в помещениях. Правила пользования электробытовыми приборами. Опасные шалости и игрушки.	<b>1</b>	Приучиться к безопасному поведению в быту. Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности. Выработка навыков проведения игр, соблюдение правила поведения. Классифицировать виды бытовых травм. Рассмотреть способы предохранения от бытовых травм.
<b>15</b>	Профилактика возможных опасных ситуаций в быту. Опасная высота. Как правильно пользоваться огнетушителем.	<b>1</b>	
<b>16</b>	Проверочная работа за II четверть	<b>1</b>	
<b>Раздел 2</b>			
<b>Основы здорового образа жизни – 9 часов</b>			
<b>Основные понятия - «здоровье» и «здоровый образ жизни» - 3 часа</b>			
<b>17</b>	Понятие здоровья и факторах, влияющие на него. Основы здорового образа жизни и безопасность человека.	<b>1</b>	Усвоить понятия о здоровом образе жизни. Соблюдать режим дня, правила поведения, употребление витаминов, гигиену питания;
<b>18</b>	Режим дня. Двигательная активность. Здоровое питание.	<b>1</b>	Познакомиться с режимом дня, обеспечивающим здоровье человека. Составить свой режим дня на будни и выходной день. Закрепить знания о полноценном питании как факторе роста и развития школьника, его здоровья. Объяснять роль витаминов в развитии организма человека.
<b>19</b>	Профилактика пищевых отравлений. Инфекционные болезни. Пути передачи инфекционных	<b>1</b>	Знать причины отравлений различными веществами, методы оказания первой помощи при отравлениях.

	заболеваний. Профилактика инфекционных заболеваний.		Активизировать словарь понятиями «инфекционная болезнь», «вакцина», «иммунитет», «прививка».
<b>Пути укрепления здоровья – 7 часов</b>			
<b>20</b>	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика.	<b>2</b>	Расширить знания о вреде на организм курения и алкоголя, о составе табачного дыма, признаки курящего человека. Влияние табачного дыма на организм человека (особенно ребенка). Объяснить учащимся об отрицательном воздействии алкоголя на органы человека
<b>21</b>	Курение и его влияние на состояние здоровья.	<b>1</b>	
<b>22</b>	Алкоголь и его влияние на умственную и физическую работоспособность человека. Профилактика вредных привычек.	<b>1</b>	
<b>23</b>	Взаимосвязь здоровья и здорового образа жизни.	<b>1</b>	Знать и соблюдать правила личной гигиены
<b>24</b>	Личная и общественная гигиена.	<b>1</b>	
<b>25</b>	Проверочная работа за III четверть	<b>1</b>	
<b>Раздел 3</b>			
<b>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи – 5 часов</b>			
<b>26</b>	Основные виды травм у школьников, первая медицинская помощь. Основные виды травм: переломы, вывихи и растяжения связок.	<b>1</b>	Знать понятия «травма». Познакомиться с видами травм, правилами оказания первой помощи при ушибах, вывихах, растяжении.
<b>27</b>	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.	<b>1</b>	Познакомить с правилами оказания первой помощи при наружном кровотечении, ушибах, попадании инородного тела в глаз, ухо, нос.
<b>28</b>	Первая медицинская помощь при укусах насекомых, собак, кошек. Кровотечения из носа — оказание первой медицинской помощи. Практические занятия по отработке навыков оказания первой медицинской помощи.	<b>1</b>	Усвоить практически правила оказания первой помощи при укусах насекомых. Знать правила оказания первой помощи при укусах животных. Усвоить правила безопасности при обращении с животными. Расширить знания о правилах оказания первой помощи при кровотечении
<b>29</b>	Первая медицинская помощь при наружном кровотечении. Правила обработки ран. перевязка ран.	<b>1</b>	Знать правила оказания первой помощи при наружном кровотечении, знания о правилах обработки ран и перевязки ран
<b>30</b>	Оказание первой помощи при ожогах и обморожении. Оказание первой помощи при отравлениях.	<b>1</b>	Познакомить с правилами оказания первой помощи при ожогах и обморожении, с навыками оказания первой помощи при отравлениях
<b>Раздел 4</b>			
<b>Защита человека в чрезвычайных ситуациях – 4 часа</b>			
<b>31</b>	ЧС мирного и военного времени (аварии, катастрофы, военные конфликты). ЧС – что это? Правила поведения при ЧС.	<b>1</b>	Применять правила поведения в чрезвычайных ситуациях. Владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
<b>32</b>	Уроки городской безопасности. Основные мероприятия ГО по защите населения.	<b>1</b>	
<b>33</b>	Городские службы спасения. МЧС.	<b>1</b>	



	Умение преодолевать страх.		
<b>34</b>	Годовая проверочная работа	<b>1</b>	Выполнять предложенные тесты

## **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ ПОСОБИЯ**

1. Автор-составитель Г.П. Попова. ОБЖ 5-8 классы Школьный курс в тестах, кроссвордах, стихах, играх и задачах с картинками – Волгоград: Учитель, 2005
2. Е.Ю. Лавлинская Изучаем правила дорожного движения. Разработки уроков и тематических занятий в 1-4 классах – Волгоград: Учитель, 2008
3. Игровой модульный курс по ПДД, или школьник вышел на улицу. 5-8 классы – М.: Вако, 2009
4. Анастасова Л.П. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб, пособие для 5—8кл./Л.П. Анастасова, П.В. Ижевский, Н.В. Иванова.— М.: Просвещение, 2014.
5. Интернет-ресурсы