

**ПРИНЯТА**

решением Педагогического совета

Протокол № 1 от 31.08.2023

**УТВЕРЖДЕНА**

Директор ГБОУ № 22 школы-интерната № 22  
Иванова И.Ю.

Приказ № 250 от 31.08.2023

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа-интернат № 22 Невского района Санкт-Петербурга

Рабочая программа

по основам безопасности жизнедеятельности (ОБЖ)

для 10 «А» класса

на 2023-2024 учебный год

учитель: Кононова А.М.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная программа составлена на основании адаптированной программы по ОБЖ для 10 – 11 классов. Она предназначена для учащихся с ограниченными возможностями здоровья (с легкой умственной отсталостью) с учетом психофизических и интеллектуальных возможностей. Программа предусматривает дифференцированную помощь детям, испытывающим значительные трудности в усвоении учебного материала, в регулировании своего поведения в соответствии с социальными требованиями общества.

Программа предусматривает формирование основ знаний и умений по сохранению здоровья и защите жизни в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, по оказанию само- и взаимопомощи в случае проявления опасностей. Она предназначена для привития учащимся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности, умений распознавать и оценивать опасные и вредные факторы среды обитания человека и определять способы защиты от них.

**Цель:** воспитание и формирование человека, знающего и умеющего принимать необходимые меры по предотвращению или устранению чрезвычайных ситуаций и не являющегося носителем или источником возникновения экстремальных ситуаций.

### **Задачи:**

#### **образовательные:**

- формирование у учащихся правильного восприятия роли и места человека в системе «Природа-Человек-Общество», понимание взаимозависимости ее составляющих в обеспечении безопасности жизнедеятельности;
- освоение учащимися правил и принципов безопасного поведения, деятельности, не порождающей источников опасностей;
- формирование у учащихся навыков здорового образа жизни;
- развитие умения применять средства и способы защиты жизни и здоровья в экстремальных ситуациях.

#### **коррекционно-развивающие:**

- формирование навыков сравнения, обобщения, анализа, синтеза;
- развитие наблюдательности, внимания, абстрактного мышления, памяти, речи;
- обучение установлению простейших причинно-следственных связей;
- расширение кругозора.

#### **основные направления и ценностные основы воспитания и социализации учащихся:**

<b>Основные направления и ценностные основы воспитания и социализации учащихся</b>	<b>Решение задачи воспитания и социализации учащихся с учетом рабочей программы воспитания</b>
1. Воспитание гражданственности, патриотизма, уважения к правам, свободам и обязанностям человека. Ценности: любовь к России, своему народу, своей малой родине, родному языку; закон и правопорядок; свобода и ответственность	<ul style="list-style-type: none"><li>- формирование любви к школе, к своей малой родине (своему городу), народу, России;</li><li>- знакомство с государственной символикой;</li><li>- знакомство с традициями своей семьи и школы, бережное отношение к ним;</li><li>- формирование правил поведения в классе, школе, дома;</li><li>- формирование уважительного отношения к своей стране, гордость за её достижения и успехи,</li><li>- формирование уважение к правам и свободам личности.</li></ul>
2. Воспитание нравственных чувств и этического сознания. Ценности: нравственный выбор; справедливость; милосердие; честь; достоинство; любовь;	<ul style="list-style-type: none"><li>- формирование представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения; убеждённости в приоритете общечеловеческих ценностей;</li></ul>

<p>почитание родителей; забота о старших и младших</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- закрепление правил вежливого поведения, культуры речи;</li> <li>- формирование уважительного отношения к собеседнику, его взглядам;</li> <li>- различение хороших и плохих поступков, умение анализировать нравственную сторону своих поступков и поступков других людей, в том числе персонажей литературных произведений;</li> <li>- формирование почтительного отношения к родителям и другим членам своей семьи, к семейным ценностям и традициям;</li> <li>- формирование представлений о дружбе и друзьях,</li> <li>- формирование чувства собственного достоинства и уважения к достоинству других людей;</li> <li>- стремление к критическому мышлению;</li> <li>- формирование потребности в поиске истины (потребность и способность понимать), эмоционально-нравственная отзывчивость (готовность помочь), понимание и сопереживание чувствам других людей;</li> <li>- развитие уверенности в себе и своих силах;</li> <li>- формирование доверительного, внимательного, уважительного отношения к окружающим людям;</li> <li>- формирование чувства великодушия, милосердия, стремления приходить на помощь, желания доставлять радость людям;</li> </ul>
<p>3. Воспитание трудолюбия, творческого отношения к учению, труду, жизни. Ценности: трудолюбие; творчество; познание; целеустремлённость; настойчивость в достижении целей</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование уважения к труду и творчеству старших и сверстников;</li> <li>- формирование потребности считаться с мнением членов коллектива;</li> <li>- формирование понимания роли знаний в жизни человека;</li> <li>- формирование положительного отношения к учебному процессу; умения вести себя на уроках;</li> <li>- развитие познавательных потребностей; потребности расширять кругозор; проявлять любознательность;</li> <li>- развитие способность к общению: умению принимать свои собственные решения, уважительному отношению к мнению собеседника, его взглядам.</li> </ul>
<p>4. Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни. Ценности: здоровье физическое, здоровье социальное</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- стремление не совершать поступки, угрожающие собственному здоровью и безопасности;</li> </ul>

(здоровье членов семьи и школьного коллектива); активный, здоровый образ жизни	<ul style="list-style-type: none"> <li>- стремление к активному образу жизни;</li> <li>- формирование положительного отношения к спорту.</li> </ul>
<p>5. Воспитание ценностного отношения к природе, окружающей среде (экологическое воспитание).</p> <p>Ценности: жизнь; родная земля; окружающий мир; экология</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формирование бережного, уважительного отношения к природе и всем формам жизни;</li> <li>- понимание активной роли человека в природе;</li> <li>- формирование чувства ответственности за жизнь и здоровье домашних питомцев,</li> <li>- осознание необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде.</li> </ul>
<p>6. Воспитание ценностного отношения к прекрасному, формирование представлений об эстетических идеалах и ценностях (эстетическое воспитание)</p> <p>Ценности: красота; гармония; духовный мир человека; художественное творчество</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- развитие умения видеть красоту в окружающем мире, в труде, творчестве, поведении и поступках людей;</li> <li>- развитие интереса к чтению, произведениям искусства, спектаклям, концертам, выставкам;</li> <li>- стремление выразить себя в различных видах творческой деятельности;</li> <li>- формирование уважительного отношения к мировой истории, памятникам литературы, искусства и науки.</li> </ul>

Программа по ОБЖ составлена на основании:

- Приказа Министерства образования Российской Федерации от 10.04.2002г. № 29/2065-п «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии».
- Положения о рабочей программе, принятого решением Управляющего совета 08.06.2021 г, протокол № 5
- Учебного плана, реализующего образовательную программу, адаптированную для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с легкой умственной отсталостью) на 2023 – 2024 учебный год.

### **Место предмета в учебном плане:**

Рабочая программа в 10 классе рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю)

Реализация учебной программы обеспечивается специально подобранным УМК.

### **Использование современных технологий:**

здоровьесберегающие, информационно-коммуникационные, личностно-ориентированное обучение, игровые, презентации, проблемное обучение, перспективно-опережающее обучение с использованием опорных схем, групповые, разноуровневое обучение, исследовательские методы в обучении.

**Формы организации учебного процесса:** учебная деятельность, игровая, практическая, экскурсии.

Коррекционная направленность реализации программы обеспечивается через использование в образовательном процессе специальных методов и приемов, создание специальных условий, распределение содержания программы, исходя из психофизиологических особенностей класса.

## **Средства, методы и формы обучения.**

Методы и средства целесообразно классифицировать в зависимости от этапов обучения: сообщение новых знаний, закрепление, контроль.

При формировании новых знаний, умений и навыков используются современные методы обучения: наглядные, словесные и практические. У учащихся с проблемами в развитии и обучении наглядные и словесные методы применяются параллельно. Проблемный метод позволяет организовывать познавательную деятельность учащихся таким образом, что они самостоятельно могут сделать доступные им обобщения и выводы. Используется репродуктивный метод, позволяющий тренировать память. Применяется творческая деятельность и частично поисковые методы при работе с типовыми планами. В качестве мотивационного используется технология опережающего обучения. Все эти и другие методы применяются в рамках технологии развивающего обучения.

При закреплении новых знаний ведущими являются практические методы работы, которые используются при формировании общеучебных навыков на уроках по ОБЖ. При отработке навыков целесообразно использовать дидактические игры. Метод беседы используется при закреплении теоретических знаний.

## **Виды и формы контроля:**

Периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся проводится согласно локальному нормативному акту ОУ.

Текущий контроль успеваемости проводится в следующих формах: контроль осуществляется как устный, так и письменный:

- устный или письменный подробный или сжатый пересказ по наводящим вопросам
- устный или письменный опрос по пройденному материалу.

Критерий оценки учитывает индивидуальные особенности детей коррекционной школы (быстрая утомляемость, расторможенность, низкая техника чтения). Знания материала при неумении обсуждать и анализировать его обеспечивает удовлетворительную отметку. Оценки выше ставятся, если ученик выполняет работу аналитического или творческого характера. Текущая проверка имеет цель показать, могут ли учащиеся применить новые знания по ОБЖ на практике.

Критерии оценки должны учитывать требования к знаниям учеников и индивидуальные особенности детей. В связи с этим предполагается, что учащийся, справившийся с заданиями в полном объеме, заслуживает отличной оценки. Для более слабых детей предполагается сокращение объема заданий или замена их более легкими. Оценка при этом не снижается.

Формами промежуточной аттестации (четверть, год) являются:

- письменные ответы на вопросы теста,
- зачеты

В соответствии со ст. 16. Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», организации, осуществляющие образовательную

деятельность, вправе применять электронное обучение, дистанционные образовательные технологии при реализации образовательных программ.

В этом случае для обучающихся готовятся задания с указанием контрольных сроков их выполнения, которые размещаются на официальном сайте ОУ в специальном разделе или высылаются доступными для обучающихся способами.

В обучении с применением дистанционных образовательных технологий могут использоваться следующие организационные формы учебной деятельности:

- консультация;
- самостоятельная работа.

Использование технологий электронного обучения в образовательном процессе предполагает следующие виды учебной деятельности:

<b>Вид учебной деятельности</b>	<b>Форма, режим</b>	<b>Этап изучения материала</b>
Установочные занятия	Очная, заочная, в индивидуальном или групповом режиме – в зависимости от особенностей и возможностей обучающихся (режим online или offline)	Перед началом обучения, перед началом курса, перед началом значимых объемных или сложных тем курса
Самостоятельное изучение материала	Заочная, на основе рекомендованных информационных источников (режим online или offline)	Во время карантина или переноса учебных занятий
Консультирование	Индивидуально или в группе, в режиме online или offline	В процессе изучения учебных курсов – по мере возникновения затруднений у обучающегося
Контроль	Заочно (в режиме online или offline)	По завершении отдельных тем или курса в целом

Текущий контроль при организации освоения образовательных программ или их частей с применением дистанционных образовательных технологий может организовываться в следующих формах:

- электронный опрос с применением тестов, интерактивных заданий;
- выполнение самостоятельной работы по предмету, организованной с использованием цифровых платформ или без них;

## **Содержание программы**

- Ориентирование на местности.
- Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий.
- Лесные пожары, торфяные пожары
- Основы медицинских знаний.
- Безопасное пользование компьютером.
- Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи.

## УМЕНИЯ И НАВЫКИ

### Учащиеся должны знать:

- ориентирование на местности;
- условное обозначение на картах;
- рельеф местности, масштаб карты;
- определение сторон горизонта по компасу, по Солнцу, по Луне, с помощью часов, по Полярной звезде, по местным признакам и предметам;
- движение без четких ориентиров. Действие при потере ориентировки;
- определение высоты и ширины объекта;
- причины возникновения ЧС природного характера. Виды опасных природных явлений;
- рекомендации по правилам безопасного поведения во время землетрясения;
- рекомендации по правилам безопасного поведения во время моретрясения и цунами;
- возможные последствия обвалов оползней, селей. Рекомендации населению по действиям при угрозе и ходе оползней, обвалов, селей;
- возможные последствия бурь, ураганов, смерчей. Меры по обеспечению безопасности при угрозе бурь, ураганов, смерчей. Действие населения при угрозе бурь, смерчей, ураганов;
- рекомендации населению по действиям при угрозе наводнения и во время наводнения;
- причины возникновения лесных пожаров. Меры профилактики лесных и торфяных пожаров, их неблагоприятные последствия. Меры безопасности в зоне лесных пожаров;
- виды ранений, профилактики столбняка, основы медицинской помощи при ранениях, правила наложения повязок, как оказать первую медицинскую помощь при переломах, наложение шины, способы безнослочного переноса пострадавших;
- санитарно-гигиенические нормы при пользовании компьютером, меры профилактики;
- способы оказания первой помощи при порезах, ссадинах, ушибах, травмах и переломах костей, укусах животных, помощь утопающему, при тепловых и солнечных ударах, при отравлениях.

### Учащиеся должны уметь:

- ориентироваться на местности, работать с картой, определять стороны света по Солнцу, Луне, по компасу, с помощью часов, по Полярной звезде, местным признакам и предметам;
- устанавливать причинно-следственные связи между опасным природным явлением и ЧС природного характера;
- выполнять рекомендации населению по действиям при угрозе и ходе оползней, обвалов, селей, бури, смерча или урагана, при угрозе наводнения и во время наводнения;
- выполнять меры безопасности в зоне лесных пожаров; оказывать ПП пострадавшим, наложение шины и повязки;
- эвакуировать пострадавших безопасным способом;
- применять лекарственные средства по назначению при оказании первой помощи,
- накладывать жгут для остановки кровотечения, иммобилизовывать конечности при переломе.

**Календарно – тематическое планирование**

**10 А класс**

№п/п	Тема урока	Кол ичес	Виды и формы	Дата	
				по	по факту

		<b>тво часо в</b>	<b>контрол я</b>	<b>плану</b>	
1.	Основные направления национальной безопасности России.	1	Опрос		
2.	Государственная и общественная безопасность.	1	Опрос		
3.	Обеспечение национальной безопасности России на международной арене.	1	Опрос		
4.	Законодательные и нормативно – правовые акты РФ по обеспечению безопасности.	1	Опрос		
5.	Законодательные и нормативно – правовые акты РФ по обеспечению безопасности.	1	Тестиро вание		
6.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС.	1	Опрос		
7.	ГО: основные понятия, определения и задачи.	1	Опрос		
8.	Повторение.	1	Тестиро вание		
9.	Современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения. Ядерное оружие.	1	Опрос		
10.	Химическое оружие.	1	Опрос		
11.	Бактериологическое оружие.	1	Опрос		
12.	Современные обычные средства поражения.	1	Опрос		
13.	Оповещение населения об опасности, возникающих в ЧС военного и мирного времени.	1	Опрос		
14.	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.	1	Опрос		
15.	Средства индивидуальной защиты.	1	Опрос		
16.	Повторение.	1	Тестиро вание		
17.	Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС и применения современных средств поражения.	1	Опрос		
18.	Организация ГО в общеобразовательных учреждениях.	1	Опрос		
19.	История создания и развития Вооруженных Сил России.	1	Опрос		
20.	Состав и структура Вооруженных Сил РФ.	1	Тестиро вание		
21.	Виды Вооруженных Сил РФ.	1	Опрос		
22.	Правила поведения в опасных и ЧС социального характера.	1	Опрос		
23.	Правила поведения в опасных и ЧС социального характера.	1	Опрос		
24.	Правила поведения в опасных и ЧС природного характера.	1	Опрос		

25.	Правила поведения в опасных и ЧС техногенного характера.	1	Опрос		
26.	Повторение.	1	Тестирование		
27.	Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природе.	1	Опрос		
28.	Индивидуальное здоровье человека и здоровье общества.	1	Опрос		
29.	Здоровье человека и его физическое развитие.	1	Тестирование		
30.	Культура питания.	1	Опрос		
31.	Режим труда и отдыха – составляющие здорового образа жизни.	1	Опрос		
32.	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	1	Опрос		
33.	Духовно – нравственное здоровье общества – фактор национальной безопасности России.	1	Опрос		
34.	Повторение.	1	Тестирование		