

Государственное бюджетное образовательное учреждение Свердловской области

«Черноусовская школа-интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы»

<p>Рассмотрена на заседании МО ГБОУ СО «Черноусовская школа – интернат» <u>Алиева</u> О.Б.Алиева «<u>29</u>» <u>августа</u> 2022 г.</p>	<p>Согласована заместитель директора по УВР <u>А.А.Наточная</u> «<u>29</u>» <u>августа</u> 2022 г.</p>	<p>Утверждаю и.о. директора <u>Ю.С.Бетева</u> «<u> </u>» <u> </u> 2022 г.</p> 
--	---	--

Адаптированная рабочая программа
по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»
школьный компонент

для обучающихся с умеренной умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), тяжёлыми
множественными нарушениями в развитии (ТМНР)

2 вариант)

9 Б класс

на 2022-2023 учебный год

разработана учителем
1 КК Жилиевой Верой Александровной

с. Черноусово
2022 год

Рабочая программа
по основам безопасности жизнедеятельности(ОБЖ)
для 9Б класса на 2022-2023 учебный год

Пояснительная записка.

Рабочая программа по предмету « Основы безопасности жизнедеятельности» для 9 класса (для учащихся с умеренной степенью умственной отсталости) разработана на основе Программы обучения учащихся с умеренной и тяжёлой умственной отсталостью / Л.Б.Баряева, Д.И.Бойков, В.И.Липакова и др.; Под ред. Л.Б.Баряевой, Н.Н.Яковлевой.- СПб.: ЦДК проф. Л.Б.Баряевой, 2011.

Рабочая программа составлена в соответствии с учебным планом ОУ на 2022/2023 учебный год рассчитана на 34 часа (исходя из 34 учебных недель в году) (учебная нагрузка – 1ч в неделю).

Целью обучения данному предмету является освоение учащимися системы жизненно-необходимых практических навыков и умений, обеспечивающих их адекватное поведение в реальной жизни.

Обучение организуется с учётом местных и региональных особенностей, в том числе климатических и сезонных изменений в природе.

На уроках формируются элементарные навыки самообслуживания с частичной помощью учителя, а затем и самостоятельно, культурно-гигиенические навыки, выполняемые вместе с педагогом, по подражанию его действиям, по образцу, ориентируясь на картинки и пиктограммы, а также первичные элементарные представления о здоровье и здоровом образе жизни, о безопасности жизнедеятельности.

В основу уроков по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» положен **комплексный подход**, который предполагает:

- ознакомление учащихся с особенностями здоровья и здорового образа жизни и правилами поведения в различных ситуациях, исходя из требований безопасности жизнедеятельности;
- организацию предметно-развивающей среды для обучения учащихся правилам здоровья сбережения и безопасности;

- развитие мотивационно-потребностной сферы учащихся, ориентированной на соблюдение доступных их восприятию норм здорового образа жизни и правил безопасности;
- формирование способности учеников к моделированию и символизации в действиях с игровыми аналогами настоящих предметов, предметами-заместителями, картинками и пиктограммами в обучающих предметно-практических упражнениях, игровых упражнениях и играх;
- индивидуальный и дифференцированный подход в общении учителя и учащихся в процессе игр и игровых упражнений;
- последовательно-параллельную работу по обучению основам здорового образа жизни и правилам безопасности жизнедеятельности;

В ходе обучающих уроков-занятий, организуемых в форме совместной деятельности учителя и учащихся, включающих практические и игровые упражнения, **развиваются и закрепляются:**

- умения и навыки называть своё имя, говорить о себе от первого лица;
- способности выражать свои потребности, значимые для здоровья и сохранения его, используя невербальные и вербальные средства общения;
- интерес к изучению себя, своих физических возможностей (осанка, стопа, рост, движение, физические потребности), представления о физических возможностях других людей (сверстника и взрослого) и признаках здоровья человека;
- представления о процессах и алгоритме умывания, одевания, купания, еды, уборки помещения, атрибутах и основных действиях, сопровождающих их, в доступном учащемуся предметном мире, о назначении предметов, правилах их безопасного использования;
- положительный настрой на выполнение элементарных гигиенических процедур, чувство радости от самостоятельных и совместных действий и их результатов (чистые руки, хорошее настроение, красивая ходьба, убранные вещи, аккуратно сложенные учебные предметы, одежда и т.д.);
- умение элементарно описывать своё самочувствие, способность привлечь внимание педагога в случае неважного самочувствия, недомогания;

- желание разрешать проблемные игровые ситуации, связанные с охраной здоровья;
- устойчивый интерес к правилам здоровьесберегающего и безопасного поведения, к развитию своей самостоятельности.

Исходя из особенностей развития мыслительной деятельности учащихся, их индивидуально-типологических характеристик, учитель на уроках по предмету «Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности» воспитывает (тренирует) у них состояние физической, психической и социальной защищённости. Это является основой социализации детей с ограниченными возможностями здоровья, в том числе и детей с умеренной умственной отсталостью. Учащиеся в доступной форме получают представления о том, что безопасность окружающего мира – необходимое условие существования каждого человека, взрослого и ребёнка.

В ходе предметно-практической, игровой и элементарной учебной деятельности у учащихся **формируются:**

- основы безопасности собственной жизнедеятельности: представления о некоторых видах опасных ситуаций и способах поведения в стандартных и чрезвычайных опасных ситуациях;
- навыки осторожного и осмотрительного отношения к опасным ситуациям.

Наряду с формированием представлений о собственной безопасности учащимся в доступной форме раскрываются основы безопасности окружающего мира природы.

Важным аспектом формирования представлений о сохранении здоровья является обучение учащихся правилам поведения в ситуациях дорожного движения, в экстремальных ситуациях при возникновении пожара. Учащиеся знакомятся с различными общеупотребительными знаками пожарной безопасности, дорожного движения, предупреждающими и информационными знаками.

Результативность освоения учащимися содержания программы оценивается не столько по приобретаемым детьми вербальным знаниям, сколько по усвоению, овладению ими приёмами элементарной мыслительной и двигательной деятельности. Основное внимание при этом обращается на доступную степень активности, возможную самостоятельность учащихся в ситуациях, моделирующих

возникновение пожара, на правильность обращения с пожароопасными предметами, на знание правил дорожного движения, правил обращения с травмоопасными предметами, ядовитыми растениями и плодами и их выполнение.

На уроках учащиеся **учатся применять** в быту и в процессе ориентировки в окружающем мире:

- невербальные и вербальные средства общения, необходимые для самообслуживания, выполнения культурно-гигиенических процедур (сообщать о своих действиях, демонстрировать умения, обращаться за помощью в случае затруднений);
- предметы и материалы, необходимые для становления и развития навыков самообслуживания, культурно-гигиенических навыков (предметы гигиены, одежда, посуда) с использованием специальных символов (картинки, пиктограммы), с которыми дети многократно знакомятся в различных бытовых и игровых ситуациях;
- навыки и умения по уходу за своими вещами, игрушками, учебными вещами и т.п.;
- алгоритм действия, который даётся учащимся поэтапно и с помощью наглядных схем (мнемотаблицы, алгоритмические предписания в виде пиктограмм и т.п.);
- наиболее употребляемые знаковые системы (светофор, цвет специального автомобиля, предупреждающие, запрещающие, информационные и другие знаки, регулирующие поведение людей в общественных местах и в природе);
- правила поведения в различных экстремальных ситуациях, которые могут возникнуть дома, на улице, в природе;
- информационно-бытовые знания, обеспечивающие им комфортное проживание.

В процессе изучения тематических групп по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» учащиеся **должны**:

- уточнить и закрепить понятийный аппарат (название предметов, действий с ними);
- чётко представлять последовательность операций с бытовыми предметами, при этом знать правила безопасности;
- уметь вести себя в чрезвычайных ситуациях;

- освоить модели межличностного общения, необходимые в различных ситуациях.

Содержание программы.

№	Тема раздела программы	Знания, приобретаемые в ходе прохождения программы	Умения и навыки, приобретаемые в ходе прохождения программы	Примечания
1	<p>Формирование культурно-гигиенических навыков.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Волосы. Уход за волосами. • Одежда. Уход за одеждой. • Обувь. Уход за обувью. • Болезнь и лекарственные средства. Аптека. 	<ul style="list-style-type: none"> - Понятие «здоровые волосы». - Средства ухода за волосами. - Основные правила по уходу за волосами. - Виды одежды, назначение одежды. - Виды обуви, назначение обуви. - Болезни, виды болезней, симптомы 	<ul style="list-style-type: none"> - Умение определять свой тип волос. - Умение подбирать средства по уходу за волосами, подходящие своему типу волос. - Уход за одеждой. - Умение определять размер одежды и подбирать себе одежду по размеру. - Уход за обувью. - Умение определять размер обуви, подбирать обувь своего размера. - Умение определять простудное 	

2	<p>• Дыхательные упражнения. Упражнения для глаз. Гимнастика.</p> <p>Уход за жилищем.</p>	<p>простудных заболеваний. - Лекарственные препараты для лечения простуды. - Аптека, работники аптеки.</p> <p>- Знать способы выполнения основных упражнений, их функции.</p> <p>- Домашний адрес, телефон. - Функции комнат в квартире: кухня, спальня, гостиная, ванна, туалет и т.д. - Комнатные растения и уход за ними.</p>	<p>заболевание по признакам. - Умение проводить профилактику простудных заболеваний. - Умение соблюдать на практике правила безопасности при использовании лекарственных средств. - Умение купить в аптеке нужное лекарственное средство. - Умение выполнять гимнастические упражнения, дыхательные упражнения, упражнения для глаз.</p> <p>- Уход за жильём. - Умение называть домашний адрес, телефон. - Умение выбирать и пользоваться средствами и инвентарём по уходу за жилищем. - Навыки ухода за</p>	
---	--	--	--	--

3	<p>Питание.</p> <p>Безопасность в доме, в природе, на улице.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Бытовые приборы. • Правила дорожного движения для пешеходов. 	<p>- Знания о продуктах питания, санитарной обработке продуктов, видах посуды, сервировке стола, рецептах приготовления блюд, правилах поведения за столом и работы с плитой.</p> <p>- Понятие о здоровом питании, пользе сырых овощей, ягод и фруктов.</p> <p>- Бытовые приборы и правила безопасного обращения с ними.</p> <p>- Правила дорожного движения для пешеходов.</p>	<p>руками после уборки помещений квартиры.</p> <p>- Навыки ухода за комнатными растениями.</p> <p>- Умение приготовления элементарных блюд.</p> <p>- Умение хранения некоторых продуктов.</p> <p>- Навыки санитарно-гигиенического ухода за посудой, продуктами.</p> <p>- Навыки безопасного пользования ножом, тёркой.</p> <p>- Навыки работы с бытовыми приборами дома и в школе.</p> <p>- Умение пользоваться правилами дорожного</p>	
---	--	---	--	--

4	<p>• Правила безопасного поведения в природе, на водоёмах.</p>	<p>- Знаки дорожного движения для пешеходов, светофор, дорожная разметка.</p> <p>- Правила безопасного поведения в природе, на водоёмах.</p>	<p>движения для пешеходов при следовании от дома до школы и обратно, во время пеших прогулок по городу.</p> <p>- Умение пользоваться правилами безопасного поведения в природе, на водоёмах.</p>	
---	---	--	--	--

Учебно-тематический план.

№ урока	Тема урока	Количество часов	Дата проведения
1	Волосы. Типы волос.	1ч	
2	Волосы. Уход за волосами. Средства по уходу за волосами.	1ч	
3	Одежда. Виды одежды. Размер одежды.	1ч	
4	Одежда. Уход за одеждой.	1ч	
5	Обувь. Виды обуви. Размер обуви.	1ч	
6	Обувь. Уход за обувью.	1ч	
7	Болезни, виды болезней, симптомы простудных заболеваний.	1ч	
8	Лекарственные средства при простудных заболеваниях.	1ч	
9	Аптека. Работа фармацевта.	1ч	
10	Дыхательные упражнения. Гимнастика А.Н.Стрельниковой.	1ч	

11	Гимнастика для глаз. Упражнения.	1ч	
12	Гимнастика для укрепления здоровья тела. Упражнения.	1ч	
13	Жилище человека. Домашний адрес, телефон.	1ч	
14	Жилище человека. Создание уюта в доме. Виды комнат в квартире.	1ч	
15	Мебель в квартире. Виды мебели и её функции.	1ч	
16	Посуда. Виды посуды. Уход за посудой.	1ч	
17	Комнатные растения и уход за ними.	1ч	
18	Питание. Беседа о правильном питании.	1ч	
19	Вредные и полезные продукты.	1ч	
20	Режим питания.	1ч	
21	Бутерброды. Виды, способы приготовления.	1ч	
22	Салаты, виды салатов.	1ч	
23	Рецепт, чтение рецептов, технологической карты, пиктограмм.	1ч	
24	Салаты. Простейшие рецепты салатов.	1ч	
25	Салаты. Винегрет.	1ч	
26	Салаты. Винегрет. Приготовление. (Практическое занятие.)	1ч	
27	Нож, тёрка. Правила безопасного пользования ножом, тёркой.	1ч	
28	Крупы, виды круп (овсяная, гречневая, рисовая). Простейшие рецепты каш.	1ч	
29	Технология приготовления каши. Правила безопасности при работе с плитой.	1ч	
30	Правила дорожного движения для пешеходов. Знаки дорожного движения, разметка дороги.	1ч	
31	Дорога от дома до школы и обратно. Алгоритм	1ч	

	безопасного движения.		
32	Правила безопасного поведения при посещении водоёмов.	1ч	
33	Правила безопасного поведения в лесу.	1ч	
34	Повторение изученного материала.	1ч	

Учебно-методический комплекс по предмету «Здоровье и основы безопасности жизнедеятельности», 9 класс.

Использованные учебники (наименование, автор, год издания).	Использованные пособие для учителя, для учащихся.
<p>1) Авдеева Н.Н., Князева Н.Л., Стеркина Р.Б. Безопасность: Учеб.пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей старшего дошкольного возраста. – СПб.: Детство-пресс, 2009.</p> <p>2) Гостюшин А.В. Основы безопасности жизнедеятельности: Учеб.для учащихся 1-4 кл.общеобразоват.учреждений. – М.: Просвещение, АО «Московские учебники», 1998.</p> <p>3) Усачёв А.А., Березин А.И. Школа безопасности: Учебник для 1 класса начальной школы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности». –М.: «Фирма «Издательство АСТ», 1998.</p> <p>4) Плешаков А.А. Окружающий мир. Учебник для 1 класса. – М., 2007.</p>	<p>1. Авдеева Н.Н., Князева Н.Л., Стёркина Р.Б. Безопасность: Рабочая тетрадь (1-4). –СПб.: Детство-пресс, 2009.</p> <p>2. Баряева Л.Б. Азбука дорожного движения: Программно-методические рекомендации. –М.: ДРОФА, 2006.</p> <p>3. Баряева Л.Б. Азбука дорожного движения: Рабочая тетрадь для занятий с детьми старшего дошкольного возраста. –М.: ДРОФА, 2007.</p> <p>4. Безопасное поведение на улицах и дорогах: 1-4 кл.: Пособие для учащихся /Под ред. П.В.Ижевского. –М.: Просвещение, 2007.</p> <p>5. Дети на дороге. Правила дорожного движения в играх и упражнениях: Учебно-методическое пособие /Под ред. Л.Б.Баряевой, Н.Н.Яковлевой. – СПб.: ЦДК проф. Л.Б. Баряевой, 2008.</p> <p>6. Детство без пожаров. Правила пожарной безопасности в играх и упражнениях/ Под ред. В.В.Груздева, С.В.Николаева, С.В.Жолована. – СПб.: ЦДК проф. Л.Б.Баряевой, 2010.</p> <p>7. Зайцев Г.К., Зайцев А.Г. Твоё здоровье. Укрепление организма. –СПб.: Детство-пресс, 2006.</p> <p>8. Наглядные пособия и дидактические игры по темам программы.</p>