

Государственное казённое общеобразовательное учреждение
«Введенская специальная (коррекционная) школа»

Рассмотрена и принята
на заседании
педагогического совета
Протокол от 30.08.17
№ 1
Председатель
Л.А. Колесникова

Согласовано
заместитель директора по
УВР
Е.Б. Филиппова

Утверждаю
Приказ от 30.08.17
№ 82
Директор школы
А.А. Егоров



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по предмету «ОБЖ»
для обучающихся 9 класса, имеющих умственную
отсталость (интеллектуальные нарушения)
учителя высшей квалификационной категории
Баженовой Ольги Юрьевны

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по «Основам безопасности жизнедеятельности» составлена на основе базисного учебного плана ОУ и Программы общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности 1-11 классы» под общей редакцией А.Т. Смирнова, М.: Просвещение, 2007.

Рабочая программа ориентирована на использование учебно-методического комплекта: М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т.Смирнов, С.В. Петров, Ю.Ю.Корнейчук, Б.И.Мишин, Н.П.Красинская «Основы безопасности жизнедеятельности» 9 класс учебник для общеобразовательных учреждений: Астрель,2007;

Целью подготовки обучающихся по основам безопасности жизнедеятельности является подготовка человека к успешным действиям по обеспечению безопасности личности, общества, государства.

Изучение тематики данной программы направлено на достижение следующих **задач**:

1. **Воспитание** ответственного отношения к окружающей природной среде; к личному здоровью как индивидуальной, так и общественной ценности; к безопасности личности, общества и государства.
2. **Развитие** личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; потребность соблюдать нормы здорового образа жизни; подготовку к выполнению требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности.
3. **Освоение знаний:** 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.
4. **Овладение умениями:** предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников, принимать обоснованные решения и план своих действий в конкретной опасной ситуации, с учетом реальной обстановки и своих возможностей.

Реализация указанных задач программы достигается в результате освоения тематики программы.

Место курса ОБЖ в учебном плане

Количество учебных часов

Рабочая программа рассчитана на 34 часа (1 час в неделю, 34 учебных недели)

Общая характеристика предмета

В современном мире опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера стали объективной реальностью в процессе жизнедеятельности каждого человека. Они несут угрозу его жизни и здоровью, наносят огромный ущерб окружающей природной среде и обществу.

В настоящее время вопросы обеспечения безопасности стали одной из насущных потребностей каждого человека, общества и государства. Анализ трагических последствий различных опасных и чрезвычайных ситуаций показывает, что более чем в 80% случаев причиной гибели людей является «человеческий фактор». Трагедия чаще всего происходит из-за несоблюдения человеком комплекса мер безопасности в различных жизненных ситуациях, в том числе и при угрозе совершения террористического акта, пренебрежение к соблюдению норм здорового образа жизни и установленных норм безопасного поведения в повседневной жизни (безопасность на дорогах, пожарная безопасность, безопасность в быту и др.).

Обстановка, складывающаяся в стране в области безопасности, настоятельно требует пересмотра системы подготовки подрастающего поколения россиян в области безопасности жизнедеятельности на основе комплексного подхода к формированию у них современного уровня культуры безопасности. Такой подход будет способствовать снижению отрицательного влияния «человеческого фактора» на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз, связанных с различными опасными и чрезвычайными ситуациями, в том числе с терроризмом, военными угрозами.

В то же время предмет ОБЖ через собственную систему образовательных модулей реализует подготовку учащихся к безопасной жизнедеятельности в реальной окружающей их среде – природной, техногенной и социальной.

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) представляет собой междисциплинарную область научных знаний, охватывающую теорию и практику защиты человека от опасных и вредных факторов (опасностей) среды обитания во всех сферах человеческой деятельности. Курс ОБЖ, как и

все другие учебные дисциплины, участвует в осуществлении следующих функций: образовательной (вооружение учащихся системой знаний, навыков и умений), воспитательной (формирование научного мировоззрения, активной социальной позиции), развивающей (формирование творческого мышления, укрепление «социального иммунитета»), а также психологической подготовки к успешной деятельности в современном мире. Кроме того, курс ОБЖ, как никакая другая дисциплина в значительной мере способствует формированию и развитию навыков оценки обстановки и принятия целесообразных решений.

Планируемые результаты освоения предмета ОБЖ

Личностные результаты:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических качеств, обеспечивающих защищённость жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Предметные результаты:

- умение применять полученные теоретические знания на практике - принимать обоснованные решения, выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учётом реальной обстановки и индивидуальных возможностей;
- умение анализировать явления и события природного криминогенного и социального характера, выявлять причины возникновения;
- проектировать модели личного безопасного поведения;
- формирование и развитие устойчивых привычек дисциплинированного, осторожного и безопасного поведения на улицах, дорогах и в транспорте; познавательных и психических процессов (восприятие, внимание, воображение, мышление, память, речь); понимание, осмысление и осознание опасных и безопасных действий на улицах и дорогах, в транспорте; способность самостоятельно их анализировать и оценивать;
- самоконтроль, саморегуляцию и самоорганизацию правопослушного и безопасного поведения на улицах, дорогах и в транспорте.

Формы организации учебного процесса

- фронтальная;
- парная;
- групповая;
- индивидуальная.

Методы реализации программы

- объяснительно - иллюстрационный;
- практический;
- частично - поисковый;

Способы и средства:

- ресурсы ИКТ (презентации, видеофильмы);
- модели и таблицы;
- иллюстрации;
- дидактические материалы.

Формы контроля:

- тестирование;
- программированный опрос;
- самостоятельная работа;
- практическая работа;
- контрольная работа (КИМ)

Содержание программы и требования к уровню подготовки обучающихся

Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени (8 ч).

Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Структура, режимы функционирования, силы и средства. Международный Красный Крест. История движения. Защита жертв международных конфликтов: гражданское население, миротворцы, журналисты, туристы. Сфера применения международного гуманитарного права. Защита раненых, больных и потерпевших кораблекрушение. Защита раненых, больных и потерпевших кораблекрушение. Миротворческие организации. Медицинский и духовный персонал. Гражданское население. Особая защита женщин и детей. Гражданское население. Особая защита женщин и детей. Ответственность за нарушение норм международного гуманитарного права.

Правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях (8 ч).

Понятие о личной безопасности. Признаки, свидетельствующие о возможности совершения преступных действий. Защита от мошенников. Разновидности мошенничества. Безопасное поведение девушек. Правила поведения девушки в обществе мужчины при возникновении угрозы или опасности насилия. Правила поведения, уменьшающие риск встречи с насильниками и хулиганами. Правила поведения при встрече с хулиганами. Подручные средства самообороны и способы самозащиты. Правила личной безопасности в опасных ситуациях криминогенного характера: на улице, в общественных местах, в общественном транспорте. Правила обеспечения сохранности личных вещей. Психологические приемы самозащиты. Понятие о самозащите. Самооценка поведения. Уверенное и решительное поведение в криминогенных ситуациях. Правила тренировки уверенности.

Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях(5 ч).

Причины травматизма в школьном возрасте. Наиболее характерные причины травматизма в школе. Безопасное поведение дома. Безопасное поведение на

улице. Правила поведения пешехода. Что делать, если вы оказались свидетелем или участником ДТП. Профилактика осложнений ран. Понятие о ране. Виды ран. Антисептика. Виды антисептики. Антисептические средства и порядок их применения. Асептика. Причины травм головы и позвоночника. Признаки и симптомы травм головы и позвоночника; первая помощь при них. Сотрясение головного мозга: признаки и симптомы; первая помощь. Признаки и симптомы повреждения спины. Первая помощь при болях в спине.

Первая медицинская помощь при острых состояниях (2 ч).

Экстренная реанимационная помощь. Понятие о клинической смерти. Признаки клинической смерти. Основные правила определения признаков клинической смерти. Последовательность проведения реанимационных мероприятий. Подготовка пострадавшего к реанимации. Понятие о непрямом массаже сердца. Техника и последовательность действий при проведении непрямого массажа сердца. Понятие об искусственной вентиляции легких. Техника и последовательность действий при проведении искусственной вентиляции легких. Отработка метода искусственного дыхания «рот в рот».

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни (3ч).

Составляющие здоровья: физическое, духовное, социальное. Взаимосвязь между духовным и общественным здоровьем. Факторы, влияющие на здоровье.

Основные компоненты здорового образа жизни: двигательная активность, рациональное питание, закаливание, режим труда и отдыха.

Система оздоровления организма человека. Факторы риска во внешней среде. Внутренняя среда организма. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Психическое здоровье и эмоциональное благополучие человека. Понятие о психическом здоровье и эмоциях. Влияние психического здоровья на эмоциональное благополучие, их взаимная зависимость.

Признаки эмоционального благополучия. Основные составляющие эмоционального благополучия. Условия эмоционального благополучия человека. Достижение эмоционального благополучия. Понятие о конфликте. Виды конфликтов и методы преодоления разногласий. Правила поведения в конфликтной ситуации. Управление чувствами и эмоциями в конфликтной ситуации. Приемы управления чувствами и эмоциями.

Факторы, укрепляющие здоровье человека (3 ч).

Гигиена кожи. Правила ухода за кожей. Гигиена одежды. Гигиена жилища. Рекомендуемый набор пищевых продуктов в рационе взрослого человека. Группы продуктов питания. Суточное распределение пищевого рациона. Гигиена воды. Способы очистки воды. Нормы искусственной освещенности. Гигиена индивидуального строительства.

Факторы, разрушающие здоровье человека (3 ч).

Табакокурение и его последствия для здоровья курильщика и окружающих его людей. Профилактика табакокурения. Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Профилактика употребления алкогольных напитков. Понятие о наркомании и токсикомании. Действие наркотических и токсических веществ

на организм человека. Три основных признака наркомании и токсикомании. Развитие психической зависимости от наркотика. Развитие физической зависимости от наркотика. Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами.

Обобщающий урок. Тестирование.

ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ВЫПУСКНИКОВ, ОСВОИВШИХ РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности обучающийся должен:

Знать:

- основные составляющие здорового образа жизни, обеспечивающие духовное, физическое и социальное благополучие;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- меры безопасности при активном отдыхе в природных условиях;
- основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства;
- наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;
- организацию защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера в Российской Федерации;
- права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- рекомендации специалистов в области безопасности жизнедеятельности по правилам безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- приемы и правила оказания первой медицинской помощи.

Уметь:

- объяснить значение здорового образа жизни для обеспечения личной безопасности и здоровья;
- предвидеть опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;
- соблюдать правила дорожного движения в качестве пешехода, пассажира и водителя транспортного средства (велосипеда, мопеда);
- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очага возгорания;
- соблюдать правила личной безопасности в криминогенных ситуациях и в местах скопления большого количества людей;

- перечислить последовательность действий при оповещении возникновения угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

Использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- выработки потребности в соблюдении норм здорового образа жизни;
- невосприимчивости к вредным привычкам;
- обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- безопасного пользования различными бытовыми приборами, инструментами и препаратами бытовой химии в повседневной жизни;
- подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных условиях (походы выходного дня, ближний, дальний и международный туризм);
- проявления бдительности и безопасного поведения при угрозе террористического акта или при захвате в качестве заложника;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных опасных или бытовых ситуациях.

Учебно – тематическое планирование

	Наименование раздела	Количество часов	Теоретическое изучение	Практические занятия	Контрольные работы
1	Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени	8	7	1	
2	Правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях	8	7	1	
	Контрольная работа за I полугодие	1			1
3	Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях	5	3	1	1
4	Первая медицинская помощь при острых состояниях	2	1		1
5	Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни	3	2	1	

6	Факторы, укрепляющие здоровье человека	3	1	1	1
7	Факторы, разрушающие здоровье человека	3	3		
	Контрольная работа за II полугодие	1			1
	Итого	34	24	5	5

Календарно-тематическое планирование уроков

№ ур ка	Дата	Количество часов			Тема урока	Содержание
		всего	К	П		
Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени (8 ч)						
1.		1			РСЧС Цели, задачи РСЧС.	Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций Структура, режимы функционирования, силы и средства
2.		1			Международное гуманитарное право (МГП).	Международный Красный Крест. История движения.
3.		1			Защита жертв международных конфликтов.	Защита жертв международных конфликтов: гражданское население, миротворцы, журналисты, туристы
4.		1			Определение МГП	Сфера применения международного гуманитарного права
5.		1			Правовая защита	Защита раненых, больных и потерпевших кораблекрушение.
6.		1			Защита военнопленных.	Миротворческие организации. Медицинский и духовный персонал
7.		1		1	Защита населения	Гражданское население. Особая защита женщин и детей.
8.		1			Ответственность за нарушение норм МГП	Ответственность за нарушение норм международного гуманитарного права.
Правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях (8 ч)						
9.		1			Личная безопасность	Понятие о личной безопасности. Признаки, свидетельствующие о возможности совершения преступных действий
10.		1			Будь бдителен	Защита от мошенников. Разновидности мошенничества.
11.		1			Понятие о преступлениях на сексуальной почве.	Безопасное поведение девушек. Правила поведения девушки в обществе мужчины при возникновении угрозы или опасности

					насилия.
12.		1			Правила поведения с насильниками и хулиганами
					Правила поведения, уменьшающие риск встречи с насильниками и хулиганами. Правила поведения при встрече с хулиганами.
13.		1		1	Самооборона.
					Подручные средства самообороны и способы самозащиты. Правила личной безопасности в опасных ситуациях криминогенного характера: на улице, в общественных местах, в общественном транспорте. Правила обеспечения сохранности личных вещей.
14.		1			Самозащита
					Психологические приемы самозащиты. Понятие о самозащите. Самооценка поведения.
15.		1			Как стать уверенным
					Уверенное и решительное поведение в криминогенных ситуациях. Правила тренировки уверенности.
16.		1			Поведение в конфликтных ситуациях
					Что следует предпринять, если конфликт неизбежен. Что не рекомендуется делать при конфликте. Психологическое воздействие на насильника. Поведение при попытке изнасилования и насильственных действий сексуального характера.
17.		1	1		Контрольная работа за I полугодие
Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях (5 ч)					
18.		1			Травматизм и его профилактика.
					Причины травматизма в школьном возрасте. Наиболее характерные причины травматизма в школе. Безопасное поведение дома.
19.		1		1	Улица полна неожиданностей
					Безопасное поведение на улице. Правила поведения пешехода. Что делать, если вы оказались свидетелем или участником ДТП.
20.		1	1		Раны. Их профилактика и лечение
					Профилактика осложнений ран. Понятие о ране. Виды ран. Антисептика. Виды антисептики. Антисептические средства и порядок их применения. Асептика.
21.		1			ПМП при травмах головы, позвоночника
					Причины травм головы и позвоночника. Признаки и симптомы травм головы и позвоночника; первая помощь при них.
22.		1			ПМП при травмах головы и повреждениях
					Сотрясение головного мозга: признаки и симптомы; первая помощь. Признаки и симптомы по-

					позвоночника	вреждения спины. Первая помощь при болях в спине.
Первая медицинская помощь при острых состояниях (2ч)						
23.		1	1		Клиническая смерть и реанимационные мероприятия	Экстренная реанимационная помощь. Понятие о клинической смерти. Признаки клинической смерти. Основные правила определения признаков клинической смерти. Последовательность проведения реанимационных мероприятий. Подготовка пострадавшего к реанимации.
24.		1			ПМП при остановке сердца	Понятие о непрямом массаже сердца. Техника и последовательность действий при проведении непрямого массажа сердца. Понятие об искусственной вентиляции легких. Техника и последовательность действий при проведении искусственной вентиляции легких. Отработка метода искусственного дыхания «рот в рот».
Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни (3 ч)						
25.		1			Понятие о здоровье.	Составляющие здоровья: физическое, духовное, социальное. Взаимосвязь между духовным и общественным здоровьем. Факторы, влияющие на здоровье. Основные компоненты здорового образа жизни: двигательная активность, рациональное питание, закаливание, режим труда и отдыха. Система оздоровления организма человека.
26.		1		1	Влияние внешней среды на организм человека. Влияние эмоций на функции тела.	Факторы риска во внешней среде. Внутренняя среда организма. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Психическое здоровье и эмоциональное благополучие человека. Понятие о психическом здоровье и эмоциях. Влияние психического здоровья на эмоциональное благополучие, их взаимная зависимость. Признаки эмоционального благополучия. Основные составляющие эмоционального благополучия. Условия эмоционального благополучия человека.

						Достижение эмоционального благополучия.
27.		1			Психологическая уравновешенность в конфликтных ситуациях.	Понятие о конфликте. Виды конфликтов и методы преодоления разногласий. Правила поведения в конфликтной ситуации. Управление чувствами и эмоциями в конфликтной ситуации. Приемы управления чувствами и эмоциями.
Факторы, укрепляющие здоровье человека (3 ч)						
28.		1		1	Понятие о личной гигиене.	Гигиена кожи. Правила ухода за кожей. Гигиена одежды. Гигиена жилища.
29.		1	1		Гигиена питания.	Рекомендуемый набор пищевых продуктов в рационе взрослого человека. Группы продуктов питания. Суточное распределение пищевого рациона. Гигиена воды. Способы очистки воды.
30.		1			Среда и здоровье	Нормы искусственной освещенности. Гигиена индивидуального строительства.
Факторы, разрушающие здоровье человека (3ч)						
31.		1			Опасность табакокурения.	Табакокурение и его последствия для здоровья курильщика и окружающих его людей. Профилактика табакокурения.
32.		1			Опасность употребления алкоголя	Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Профилактика употребления алкогольных напитков.
33.		1			Наркомания – чума XXI века	Понятие о наркомании и токсикомании. Действие наркотических и токсических веществ на организм человека. Три основных признака наркомании и токсикомании. Развитие психической зависимости от наркотика. Развитие физической зависимости от наркотика. Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами.
34.		1	1		Контрольная работа за II полугодие	

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ПРЕДМЕТУ ОБЖ

Основная литература

1. М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т.Смирнов, С.В. Петров, Ю.Ю.Корнейчук, Б.И.Мишин, Н.П.Красинская «Основы безопасности жизнедеятельности» 9 класс учебник для общеобразовательных учреждений: Астрель,2007;
2. А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, М.В.Маслов «Основы безопасности жизнедеятельности» Рабочая тетрадь 9 класс: Просвещение, 2016 .

Дополнительная литература.

- Б.И.Мишин. Настольная книга учителя ОБЖ. . Астрель, 2002.
- С.С.Соловьев. Тематический контроль по ОБЖ. Комплект тестовых заданий для учащихся 5-6 классов. «Интеллект-Центр», Москва, 2000 г.
- Основы безопасности жизнедеятельности. Учебное пособие 5-11 классы. Вентана-Граф. Смоленск, 1995 г.
- Б.И.Мишин. Программно-методические материалы «ОБЖ. 1-11 классы». Дрофа, Москва, 2001.
- А.Т.Смирнов, Б.И.Мишин. Методические материалы и документы. «ОБЖ. Книга для учителя». Просвещение. 2001 г.
- Латчук В.Н., В.В.Марков. «Основы безопасности жизнедеятельности. Методическое пособие. –М.: Дрофа, 2000г.

Технические средства обучения

- Интерактивная доска
- Компьютер
- Мультимедийный проектор

Экранно-звуковые пособия

- Презентации по ОБЖ
- Видеофильмы по ОБЖ