

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №73» города Кирова

Адаптированная рабочая программа
по ОБЖ
8 класс
(для детей с нарушением интеллекта)
на 2021-2022 учебный год

Автор-составитель:
Метелев В.И.
преподаватель-организатор ОБЖ

Киров
2021 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Пояснительная записка	3-4 стр.
2.	Основное содержание программы с распределением учебных часов по основным разделам	5-16 стр.
3.	Основные требования к знаниям и умениям учащихся	17-20стр.
4.	Учебно-методическое обеспечение рабочей программы	21 стр.
	Приложение: календарно-тематическое планирование – 8класс	22-31 стр.

1. Пояснительная записка

к факультативному курсу по основам безопасности жизнедеятельности
для 8 класса

Настоящая программа составлена на ступень для 8 класса на основе авторской программы курса Хазовой А.В., Федотовой Т.А. «Основы безопасности жизнедеятельности» для обучающихся, воспитанников 1-9 классов специальных (коррекционных) общеобразовательных учреждений VIII вида 2007 г., она раскрывает содержание обучения курса основы безопасности жизнедеятельности. Рабочая программа соответствует требованиям федерального компонента Государственного стандарта общего образования. Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) для обучающихся, воспитанников с ограниченными возможностями здоровья разработан, организуется и проводится с учетом требований Конституции Российской Федерации, Федеральных законов РФ: «Об образовании в Российской Федерации», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «Об обороне», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «О гражданской обороне» и т.д.

Актуальность данного факультативного курса для обучающихся специальной (коррекционной) школы VIII вида заключается в том, что каждый гражданин в случае возникновения чрезвычайной ситуации должен уметь: защитить себя, товарища, своих близких, оказать помощь пострадавшим.

Отбор содержания разделов данного курса произведен с учетом физических, психических и познавательных возможностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, а также их социально-возрастных потребностей.

Настоящий курс предназначен для ознакомления обучающихся с общими характеристиками различных чрезвычайных ситуаций, их последствиями, а также для приобретения обучающимися, воспитанниками знаний, умений и навыков по защите жизни и здоровья в опасных условиях и чрезвычайных ситуациях.

Задачами данного курса являются: формирование у обучающихся осознанной необходимости в обеспечении личной безопасности в различных условиях с учетом индивидуальных физиологических и психических возможностей организма, а также

обучение различным формам поведения, соответствующим их индивидуальным механизмам обеспечения безопасности, формирования у них навыков в сохранении жизни и здоровья в повседневной жизни и в неблагоприятных и опасных условиях.

Программа курса ОБЖ включает в себя 2 раздела, содержание которых составляет область знаний, охватывающих теорию и практику защиты человека от опасных, вредных факторов и в чрезвычайных ситуациях.

Занятия по данному курсу имеют практическую направленность.

2. Основное содержание программы

8 класс

Раздел 1. Основы безопасности и защиты человека в опасных ситуациях

Пожарная безопасность

Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и последствия
Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения

Опасности криминогенного характера

Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью (на улице, в общественных местах, в общественном транспорте).

Уголовная ответственность несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним: штраф, обязательные работы, исправительные работы, арест, лишение свободы.

Дорожно – транспортная безопасность

Признаки движения автомобиля: перед началом движения, при трогании автомобиля с места, при разгоне, перед поворотом, при торможении, перед остановкой, при движении задним ходом.

Сигналы, подаваемые водителем рукой: сигнал левого поворота или разворота, сигнал правого поворота, сигнал торможения.

Что такое автопроезд и как он обозначается.

Труд водителя.

Чрезвычайные и экстремальные ситуации в природе

Экстремальные ситуации в природе и их причины.

Факторы выживания в природных условиях.

Стрессоры выживания.

Правила поведения в природе.

Психологические основы выживания в природных условиях

Что нужно знать о себе, чтобы выжить. Страх.

Внимание. Ощущение. Восприятие.

Память. Мышление. Воображение.

Влияние характера на поступки человека в условиях выживания.

Автономное существование человека в природе

Основные правила поведения в экстремальной ситуации.

Ориентирование. Определение направления выхода. Техника движения. Водные преграды.

Сооружение временного жилища. Способы добывания огня.

Обеспечение питанием и водой. Поиск и приготовление пищи. Сигналы бедствия.

Правила поведения и меры безопасности на водоемах

Опасные ситуации на воде (сильное течение, падение в воду, падение в полынью, пребывание в холодной воде). Первая помощь пострадавшему.

Защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Гражданская оборона

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. Обязанности обучающихся.

Фильтрующие гражданские противогазы. Пользование противогазом.

Положение противогаза: походное, наготове, боевое.

Занятие по плану общешкольной тренировки. Отработка правил поведения во время возгорания в помещении, стихийных бедствий, аварий, криминогенных ситуаций и т.д.

Раздел 2. Основы здорового образа жизни, медицинских знаний и оказание первой помощи

Основы здорового образа жизни

Значение питания для детей и подростков. Гигиена и культура питания. Значение белков, жиров, углеводов в питании человека. Витамины, минеральные вещества.

Личная гигиена, общие понятия. Уход за кожей, зубами, волосами. Гигиена одежды.

Вредные привычки. Можно ли от них избавиться.

Курение и его влияние на здоровье человека. Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека.

Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Последствия пристрастия к наркотикам.

Физическое и нравственное взросление человека.

Основы медицинских знаний

Меры по профилактике травм в старшем школьном возрасте.

Виды повреждений организма человека.

Закрытые травмы. Способы переноски пострадавших.

Понятие об инфекционных болезнях. Причины их возникновения и механизм передачи инфекций. Профилактика инфекционных болезней.

Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике.

№ тем	Название тем занятий	Кол-во часов
Основы безопасности и защиты человека в опасных ситуациях		25
1	Пожарная безопасность	2
2	Опасности криминогенного характера	2
3	Дорожно-транспортная безопасность	4
4	Чрезвычайные и экстремальные ситуации в природе	4
5	Автономное существование человека в природе	2
6	Экология и безопасность	2
7	Правила поведения и меры безопасности на водоемах	2
8	Обеспечение защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера	4
9	Защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Гражданская оборона	3
Основы здорового образа жизни, медицинских знаний и оказание первой помощи		9
10	Основы здорового образа жизни	5
11	Основы медицинских знаний	4
Всего:		34

3. Основные требования к знаниям и умениям обучающихся

8 класс

К концу 8 класса обучающиеся должны знать:

- правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью;
- признаки движения автомобиля, сигналы, подаваемые водителем рукой;
- правила поведения в природе;
- причины возникновения экстремальных ситуаций в природе, способы выживания;
- способы ориентирования на местности;
- правила и меры безопасности на водоемах;
- принцип организации гражданской обороны в школе;
- обязанности обучающихся в системе гражданской обороны школы;
- значение питания для детей и подростков;
- общие понятия личной гигиены;
- способы избавления от вредных привычек;

- влияние алкоголя, наркотиков, токсических веществ на здоровье человека;
- меры по профилактике травм;
- причины возникновения инфекционных заболеваний;
- понятие об «иммунитете».

К концу 8 класса обучающиеся должны уметь:

- безопасно вести себя в общественном транспорте, в местах с повышенной криминогенной опасности;
- правильно переходить проезжую часть, ожидать общественный транспорт, вести себя в нем;
- различать сигнал, подаваемый водителем рукой;
- использовать упражнения, способствующие преодолению страха в экстремальных условиях;
- определять направление выхода из леса;
- применять подручные средства спасения на воде;
- пользоваться противогазом;
- вести себя культурно во время приема пищи;
- ухаживать за кожей, зубами, волосами;
- ухаживать за одеждой;
- грамотно сформулировать отказ от алкоголя и наркотиков;
- перенести пострадавшего без нанесения ему еще большего вреда;
- провести мероприятие по профилактике инфекционных заболеваний.

4. Учебно-методическое обеспечение рабочей программы

1. Правила дорожного движения.
2. **Акимов В.А., Дурнев Р.А., Миронов С.К.** Основы безопасности жизнедеятельности. Защита от чрезвычайных ситуаций: энциклопедический справочник. 5 – 11 классы.- М.: Дрофа, 2008.-285с.
3. **Анастасова Л.П.** Основы безопасности жизнедеятельности: Методические рекомендации: 1-4 классы. - М.: Просвещение, 2009. - 143 с. - (Школа России).
4. **Безопасное поведение на улицах и дорогах. 1-4 классы:** Пособие для учащихся / п.В. Ижевский, Б.О. Хренников, И.В. Александрова и др.; под ред. П.В. Ижевского. - М.:Просвещение, 2007. - 64 с.
5. **Вайнер Э.Н.** Учиться без ущерба для здоровья: Учебное пособие для обучающихся в 5-8 классах общеобразовательной школы. - Липецк: ЛИРО, 2007. - 104 с.
6. **Дурнев Р.А.** Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности учащихся. 5-11 классы: Методическое пособие. - М.: Дрофа, 2008. - 156 с.

7. **Мастрюков Б.С.** Безопасность в чрезвычайных ситуациях: Учебник для студентов вузов. - 3-е изд., перераб. и доп. - М.: Изд. центр «Академия», 2006. - 336 с.
8. **Основы безопасности жизнедеятельности:** Программы для общеобразовательных учреждений. 5-11 классы / В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский. - М.: Дрофа, 2006. - 112 с.
9. **Правила дорожного движения для детей** / Авт.-сост. В. Надеждина. - М., Мн.: АСТ, Харвест, 2006. - 192 с.
10. Как себя вести дома и на улице. Для среднего и старшего дошкольного возраста / К.Ю. Белая, В.Н. Зимонина, Л.А. Кондрыкинская и др. - 6-е изд. - М.: Просвещение, 2008. - 48 с.

ПРИЛОЖЕНИЕ

Тематическое планирование по основам безопасности жизнедеятельности 8 класс

№ занятия	Тема занятия	Кол-во часов	Дата проведения	
			8к	
	Основы безопасности и защиты человека в опасных ситуациях	22		
1-2	Опасности криминогенного характера	2		
1	Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью	1		
2	Уголовная ответственность несовершеннолетних. Виды наказаний	1		
3-6	Дорожно-транспортная безопасность	4		
3	Признаки движения автомобиля	1		
4	Сигналы, подаваемые водителем рукой	1		
5	Что такое автопроезд и как он обозначается	1		
6	Труд водителя	1		
7-10	Чрезвычайные и экстремальные ситуации в природе	4		
7	Экстремальные ситуации в природе и их причины	1		
8	Факторы выживания в природных условиях	1		
9	Стрессоры выживания	1		
10	Правила поведения в природе	1		
11-14	Психологические основы выживания в природных условиях	4		
11	Что нужно знать о себе, чтобы выжить. Страх.	1		
12	Внимание. Ощущение. Восприятие	1		

13	Память. Мышление. Воображение	1		
14	Влияние характера на поступки человека в условиях выживания	1		
15-18	Автономное существование человека в природе	4		
15	Основные правила поведения в экстремальной ситуации	1		
16	Ориентирование. Определение направления выхода	1		
17	Сооружение временного жилища. Способы добывания огня	1		
18	Обеспечение питанием и водой. Поиск и приготовление пищи	1		
19	Правила поведения и меры безопасности на водоемах	1		
19	Опасные ситуации на воде. Первая помощь пострадавшему	1		
20-21	Защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Гражданская оборона	2		
20	Организация гражданской обороны в школе, ее предназначение. Обязанности обучающихся	1		
21	Фильтрующие гражданские противогазы. Пользование противогазом	1		
22	Практическое занятие	1		
22	Отработка навыков правил поведения при пожаре	1		
Основы здорового образа жизни, медицинских знаний и оказание первой помощи		10		
23-28	Основы здорового образа жизни	6		
23	Значение питания для подростков. Гигиена и культура питания.	1		
24	Личная гигиена, общие понятия. Гигиена одежды	1		
25	Вредные привычки. Можно ли от них избавиться	1		
26	Курение, алкоголь и его влияние на здоровье человека	1		
27	Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения	1		
28	Физическое и нравственное взросление человека	1		
29-32	Основы медицинских знаний	4		
29	Меры по профилактике травм в старшем	1		

	школьном возрасте			
30	Закрытые травмы. Способы переноски пострадавших	1		
31	Понятие об инфекционных болезнях. Причины их возникновения	1		
32	Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике	1		
33-34	Комплексные занятия	2		
33	Творческая игра «Мое здоровье»	1		
34	Викторина «Автономное существование человека в природе»	1		
Всего:		34		