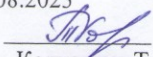



Рассмотрена и рекомендована
к утверждению МО учителей
естественно-математического цикла:
протокол № 1 от 30.08.2023
Руководитель МО


Корчагина Т.А.

Приложение к приказу № 67
от 01.09.2023

«Утверждаю»
И.о. директора школы-интерната:
Е.В. Сергеева



Тамбовское областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Знаменская школа-интернат для обучающихся с ограниченными
возможностями здоровья»

Рабочая программа
по предмету «ОБЖ»
для обучающихся с умственной отсталостью
10 класса

Учитель: Ююкин О.А.

2023-2024 уч. год

ПРОГРАММА
«Основы безопасности жизнедеятельности»
для учащихся 10-х классов школ VIII вида.

Пояснительная записка.

Данная программа предназначена для учащихся с проблемами в развитии и предусматривает дифференцированную помощь детям, испытывающим значительные трудности в усвоении учебного материала, в регулировании своего поведения в соответствии с социальными требованиями общества.

Программа разработана на основе типовой программы Министерства образования РФ 1996г. по ОБЖ с учётом специфических трудностей обучаемого контингента умственно отсталых детей.

В программе ставится цель воспитания и формирования человека, знающего и умеющего принимать необходимые меры по предотвращению или устранению чрезвычайных ситуаций и не являющегося носителем или источником возникновения экстремальных ситуаций.

Программой закрепляется понятие «Экстремальные или чрезвычайные ситуации», рассматриваются общие подходы характеристик ЧС природного и техногенного характера, возможные причины возникновения экстремальных ситуаций, меры по их предупреждению.

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.

Программой определены темы изучаемого материала, раскрывается их содержание, указано количество часов на изучение каждой конкретной темы.

Таким образом программа ставит следующие основные цели и задачи:

- формирование у учащихся правильного восприятия роли и места человека в системе «Природа-Человек - Общество», понимание взаимозависимости её составляющих в обеспечении безопасности жизнедеятельности;
- выработка у учащихся осознанной ответственности за негативные последствия деятельности человека, повышающие факторы риска и уровни опасностей;
- освоение учащимися правил и принципов безопасного поведения, деятельности, не порождающей источников опасностей;
- вырабатывать и учить применять навыки здорового образа жизни;
- умело применять средства и способы защиты для сохранения жизни здоровья в экстремальных ситуациях.

Программа рассчитана на 35 часов (1 час в неделю), по календарному учебному графику школы-интерната – 32 часа.

По окончании изучения темы проводится контрольное занятие.

Темы:

1. «Экстремальные ситуации в природных условиях. Смена климатогеографических условий».

Содержание учебного материала. Чрезвычайные ситуации в природе, их разновидности и возможные причины возникновения: природные факторы, техногенные факторы, социальные факторы. Меры безопасности при подготовке к турпоходу или путешествию по незнакомым местам. Правила выживания. Факторы, оказывающие влияние на состояние человека при смене климатогеографических условий (температурный режим, режим солнечного воздействия, режим времени, режим питания, питьевой режим). Правила безопасности поведения при акклиматизации.

Практические занятия: сбор и упаковка необходимых вещей в турпоход.

Учащиеся должны знать: возможные причины возникновения чрезвычайных ситуаций в природе, смысл и последовательность подготовки к турпоходу или путешествий, правила выживания, правила безопасного поведения при акклиматизации.

Учащиеся должны уметь: подбирать и упаковывать необходимые для турпохода вещи.

2. «Автономное существование человека в природных условиях».

Содержание учебного материала. Возможные случаи автономного существования человека в природных условиях: если человек заблудился в лесу или отстал от группы. Правила поведения человека при попадании в условия вынужденного автономного существования в природных условиях. Преодоление страха и возможного стрессового состояния. Последовательность действий при вынужденной автономии (оценка ситуации, принятие решений, разработка плана действий, его выполнение). Сигналы бедствия и сигнальные средства. Ориентирование на местности и выход к населённому пункту.

Практические занятия: ролевые игры по составлению плана действий в условиях вынужденной автономии. Ориентирование на местности.

Учащиеся должны знать: правила поведения человека при попадании в условия вынужденного автономного существования в природных условиях. Последовательность действий при вынужденной автономии. Сигналы бедствия и сигнальные средства. Способы ориентирования на местности.

Учащиеся должны уметь: составлять план действий в условиях вынужденной автономии. ориентироваться на местности по Солнцу, по деревьям.

3. «Выживание в природных условиях после аварии».

Содержание учебного материала. Проблемы, возникающие при вынужденном автономном существовании человека в природных условиях по сохранению жизни и здоровья. Анализ ситуации и составление общего плана действий по выживанию. Оборудование временного укрытия. Виды летних и зимних укрытий. Временное укрытие в пустыне. Разведение костра, типы костров. Обогрев внутри временного жилища. Меры по профилактике отравления угарным газом.

Практические занятия: ролевые игры по анализу предлагаемой учителем ситуации и составлению плана действий к выживанию. Разведение костров разных типов. Изготовление лучины, масляной лампы, спиртовки для обогрева жилища.

Учащиеся должны знать: проблемы, возникающие при вынужденном автономном существовании человека в природных условиях по сохранению жизни и здоровья. Способы оборудования временного укрытия. Способы разведения костра, типы костров. Способы обогрева внутри временного жилища. Меры по профилактике отравления угарным газом.

Учащиеся должны уметь: анализировать предлагаемую учителем ситуацию и составлять план действия по выживанию. Разводить костры разных типов. Изготавливать лучины, масляные лампы, спиртовки для обогрева жилища.

4. «Обеспечение водой и пищей в условиях вынужденной автономии».

Содержание учебного материала. Обеспечение водой и пути преодоления отрицательного воздействия жажды на организм. Опреснение воды. Очистка воды. Обеспечение пищей: сбор съедобных растений, плодов, корней. Рыбная ловля и охота. Приготовление пищи. Профилактика пищевых отравлений.

Практические занятия: изготовление простейшего фильтра для очищения воды, обеззараживания воды при помощи йода и марганцовки.

Учащиеся должны знать: способы обеспечения водой и пути преодоления отрицательного воздействия жажды на организм. Способы очистки воды. Различать съедобные и несъедобные растения. Способы рыбной ловли и охоты без огнестрельного оружия. Способы приготовления пищи в походных условиях. Необходимые меры по профилактике пищевых отравлений.

Учащиеся должны уметь: очистить воду при помощи самодельного фильтра, йода, марганцовки. Различать съедобные растения. Приготовить пищу на костре. применять меры по профилактике пищевых отравлений.

5. «Средства оказания медицинской самопомощи».

Содержание учебного материала. Медицинская аптечка (носимый минимальный аварийный набор предметов на случай вынужденной автономии), перевязочные и лекарственные средства в условиях автономии. Лекарственные растения. Использование природных лекарственных средств.

Практические занятия: сбор индивидуальной медицинской аптечки в поход.

Учащиеся должны знать: содержание походной медицинской аптечки, назначение наиболее важных лекарственных средств, в том числе и природных.

Учащиеся должны уметь: собрать необходимые лекарственные средства в аптечку, применять их по назначению.

6. «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи».

Содержание учебного материала. Первая помощь при порезах, ссадинах и ушибах. Оказание первой помощи при травмах и переломах костей. Первая помощь при укусах животных. Первая помощь утопающему. Медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, обморожениях. первая помощь при отравлениях.

Практические занятия: тренинг в наложении повязок, жгута, проведению искусственного дыхания. ролевые игры по оказанию первой медицинской помощи по заданию учителя.

Учащиеся должны знать: способы оказания первой медицинской помощи при вышеперечисленных поражениях.

Учащиеся должны уметь: применять лекарственные средства по назначению при оказании первой медицинской помощи, накладывать повязки и жгут для остановки кровотечения, иммобилизовать конечности при переломе.

Учебно-тематический план

| № п/п | Название темы | Количество часов |
|-------|--|------------------|
| 1 | Чрезвычайные ситуации природного характера и защита от них. | 1 |
| 2 | Меры безопасности при подготовке к турпоходу или путешествию по незнакомым местам. | 1 |
| 3 | Профилактика пищевых отравлений, оказание первой помощи. | 1 |
| 4 | Факторы, влияющие на состояние человека при смене климатических условий (температурный режим, режим солнечного воздействия, режим времени, питания и т.д.) | 1 |
| 5 | Правила поведения в момент захвата заложников. Правила поведения при похищении. | 1 |
| 6 | Правила поведения заложников во время операции спецслужб по их освобождению и штурма. | 1 |
| 7 | Порядок действий при взрыве в помещении. Порядок действий под обломками. | 1 |
| 8 | Правила дорожного движения для пешеходов. | 2 |
| 9 | Правила дорожного движения для велосипедистов. | 1 |
| 10 | Землетрясения и их последствия. | 1 |
| 11 | Обвалы. Оползни. Происхождение обвалов и оползней. | 1 |
| 12 | Последствия обвалов и оползней и меры безопасности. | 1 |
| 13 | Сели. Происхождение селей. Рекомендации по действиям при угрозе схода оползней, селей, обвалов. | 1 |
| 14 | Бури, ураганы, смерчи. | 1 |
| 15 | Меры обеспечения безопасности при угрозе бурь, ураганов и смерчей. | 1 |
| 16 | Наводнения. Виды наводнений и их оценка. | 1 |
| 17 | Меры по защите от наводнений. Последствия наводнений. | 1 |
| 18 | Рекомендации по действиям при угрозе от наводнений и во время. | 1 |
| 19 | Разведение костра. Типы костров. | 1 |
| 20 | Меры профилактики отравления угарным газом. Оказание первой помощи. | 1 |
| 21 | Единая система оповещения ч/с мирного и военного характера. | 1 |
| 22 | Средства индивидуальной защиты. | 1 |
| 23 | Убежища, их назначение и устройство. Правила поведения. | 1 |
| 24 | Основы медицинских знаний и охрана здоровья. | 1 |
| 25 | Первая помощь при порезах, ссадинах, и ушибах. Задача № 21. | 1 |

| | | |
|----|--|----|
| 26 | Характеристика различных видов кровотечений. Способы остановки кровотечений. | 2 |
| 27 | Оказание первой помощи при травмах и переломах кости. | 1 |
| 28 | Первая помощь при укусах животных. Задачи № 21.12.13 | 1 |
| 29 | Первая помощь утопающему. Правила поведения на воде. | 1 |
| 30 | Медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах. | 1 |
| | Всего: | 32 |

Календарно-тематический план

| № п/п | Название темы | Кол-во часов | Виды контроля | Дата | Фактическая дата |
|-------|--|--------------|-------------------|-------|------------------|
| 1 | Чрезвычайные ситуации природного характера и защита от них. | 1 | Фронтальный опрос | 01.09 | |
| 2 | Меры безопасности при подготовке к турпоходу или путешествию по незнакомым местам. | 1 | Фронтальный опрос | 08.09 | |
| 3 | Профилактика пищевых отравлений, оказание первой помощи. | 1 | Фронтальный опрос | 15.09 | |
| 4 | Факторы, влияющие на состояние человека при смене климатических условий (температурный режим, режим солнечного воздействия, режим времени, питания и т.д.) | 1 | Фронтальный опрос | 22.09 | |
| 5 | Правила поведения в момент захвата заложников. Правила поведения при похищении. | 1 | Фронтальный опрос | 29.09 | |
| 6 | Правила поведения заложников во время операции спецслужб по их освобождению и штурма. | 1 | Фронтальный опрос | 06.10 | |
| 7 | Порядок действий при взрыве в помещении. Порядок действий под | 1 | Фронтальный опрос | 13.10 | |

| | | | | | |
|----|---|---|-------------------|-----------------|--|
| | обломками. | | | | |
| 8 | Правила дорожного движения для пешеходов. | 2 | Фронтальный опрос | 20.10; 27.10 | |
| 9 | Правила дорожного движения для велосипедистов. | 1 | Фронтальный опрос | 10.11 | |
| 10 | Землетрясения и их последствия. | 1 | Фронтальный опрос | 17.11 | |
| 11 | Обвалы. Оползни. Происхождение обвалов и оползней. | 1 | Фронтальный опрос | 24.11 | |
| 12 | Последствия обвалов и оползней и меры безопасности. | 1 | Фронтальный опрос | 01.12 | |
| 13 | Сели. Происхождение селей. Рекомендации по действиям при угрозе схода оползней, селей, обвалов. | 1 | Фронтальный опрос | 08.12 | |
| 14 | Бури, ураганы, смерчи. | 1 | Фронтальный опрос | 15.12 | |
| 15 | Меры обеспечения безопасности при угрозе бурь, ураганов и смерчей. | 1 | Фронтальный опрос | 22.12 | |
| 16 | Наводнения. Виды наводнений и их оценка. | 1 | Фронтальный опрос | 29.12 | |
| 17 | Меры по защите от наводнений. Последствия наводнений. | 1 | Фронтальный опрос | 12.01 | |
| 18 | Рекомендации по действиям при угрозе от наводнений и во время. | 1 | Фронтальный опрос | 19.01 | |
| 19 | Разведение костра. Типы костров. | 1 | Фронтальный опрос | 26.01 | |
| 20 | Меры профилактики отравления угарным газом. Оказание первой помощи. | 1 | Фронтальный опрос | 02.02 | |
| 21 | Единая система оповещения ч/с мирного | 1 | Фронтальный опрос | 09.02 | |

| | | | | | |
|----|--|---|-------------------|-----------------|--|
| | и военного характера. | | | | |
| 22 | Средства индивидуальной защиты. | 1 | Фронтальный опрос | 16.02 | |
| 23 | Убежища, их назначение и устройство. Правила поведения. | 1 | Фронтальный опрос | 01.03 | |
| 24 | Основы медицинских знаний и охрана здоровья. | 1 | Фронтальный опрос | 15.03 | |
| 25 | Первая помощь при порезах, ссадинах, и ушибах. Задача № 21. | 2 | Фронтальный опрос | 29.03; 05.04 | |
| 26 | Характеристика различных видов кровотечений. Способы остановки кровотечений. | 1 | Фронтальный опрос | 12.04 | |
| 27 | Оказание первой помощи при травмах и переломах кости. | 1 | Фронтальный опрос | 19.04 | |
| 28 | Первая помощь при укусах животных. Задачи № 21.12.13 | 1 | Фронтальный опрос | 26.04 | |
| 29 | Первая помощь утопающему. Правила поведения на воде. | 1 | Фронтальный опрос | 03.05 | |
| 30 | Медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах. | 1 | Фронтальный опрос | 24.05 | |

Литература

1. Попова Г.П. «Основы безопасности жизнедеятельности 5-8класс», Волгоград /2006г.
2. Топоров И.К. «Основы безопасности жизнедеятельности 5-9класс», Москва/1996г.
3. Павлова О.В., Попова Г.П. «Пожарная безопасность», Волгоград/2011г.
4. Вишневская Е.Л., Барсукова Н.К., Широкова Г.И. «Основы безопасности и жизнедеятельности 9класс», Москва/1995г.