

Департамент образования Томской области
ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ КАЗЕННОЕ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«Моряковская школа-интернат для обучающихся с ограниченными
возможностями здоровья»

УТВЕРЖДЕНО

на педагогическом совете ОУ
№ 1 от 30.08.2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Приказом № 209/1 от 02.09.2024 г.
Директор: _____ Ковтун Н.В.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
общего образования обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями)
вариант 1
«ОБЖ»
(для 3 класса)

1. Пояснительная записка

Федеральная рабочая программа по учебному предмету «ОБЖ» для 3 класса составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 19 декабря 2014 года № 1599, <https://fgos.ru/fgos/fgos-1599>, с учетом Федеральной адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ОГКОУ «Моряковская школа-интернат для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья», принятой 30.08.2023 г. на педагогическом совете ОУ № 1 и с учетом Учебного плана образовательного учреждения.

2. Общая характеристика учебного предмета

Основная **цель** учебного курса ОБЖ сформировать у учащихся сознательное и ответственное отношение к личной безопасности и безопасности окружающих.

Задачи курса:

- привитие обучающимся начальных знаний, умений и навыков в области безопасности жизни;
- выработка необходимых умений и навыков безопасного поведения в повседневной жизни в случае возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций;
- формирование способности предвидеть и предотвращать возможную опасность;
- развитие у детей чувства ответственности за своё поведение, бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- стимулирование самостоятельности в принятии решений и выработке умений и навыков безопасного поведения в реальной жизни;
- формирование важнейших качеств современного культурного человека – долг, честь, терпимость, милосердие.

Принципы обучения младших школьников ОБЖ.

Учитывая неравномерность психического и физического развития детей, образовательный процесс по основам безопасности жизнедеятельности должен быть построен, на основе дидактических закономерностей: от простого к сложному; от непонимания к пониманию; от частного к общему; от конкретного к абстрактному; от абстрактного к конкретному.

К дидактическим принципам, которые должны быть реализованы в образовательном процессе, относятся следующие.

Преемственность. Каждая новая ступень обучения младших школьников должна опираться на уже усвоенные ими знания, умения и навыки, полученные в дошкольных учреждениях и от родителей.

Последовательность и постепенность. Знания по основам безопасности жизнедеятельности следует давать постепенно, определенными дозами, без перегрузки, с нарастающим объемом информации со 2 по 4 классы.

Принцип развивающего обучения. Организация обучающих воздействий на личность и поведение ребенка позволяет управлять темпами и содержанием его развития. Не следует заставлять школьников начальных классов зазубривать сложные термины, определения, схемы, таблицы и т.д. Задачей является достижение понимания, осмысления и осознания учащимися смысла конкретных безопасных действий в традиционной обстановке. Успешность обучения определяется способностью ребенка самостоятельно объяснить, почему он должен поступить именно так, а не иначе. И как результат – осознанно вести себя в реальных условиях.

Доступность. Учебный материал должен быть изложен в доступной форме. Дети не воспринимают сложную информацию с детализацией общепринятых определений и понятий, к ним необходимы комментарии.

Наглядность. Этот принцип традиционно используется в работе с учащимися, когда они должны сами все увидеть, услышать, потрогать и тем самым реализовать стремление к познанию. При обучении основам безопасности жизнедеятельности необходимы наглядные средства: учебные книжки-тетради с иллюстрированным материалом, плакаты, макеты, специальное оборудование для проведения игровых занятий, видеофильмы, компьютерные игры и т.д.

Принцип единства воспитания и обучения. На всех этапах обучения необходимо воспитывать у детей культуру поведения на улицах и дорогах, в общественных местах, в домашних условиях.

Методы обучения.

Метод обучения – это способ деятельности педагога, направленный на глубокое, осознанное и прочное усвоение знаний учащимися. При обучении школьников начальных классов наиболее целесообразны следующие устные методы изложения знаний по основам безопасности жизнедеятельности: рассказ, рассказ-объяснение, беседа, самостоятельная работа с информацией.

К **рассказу** педагог обращается, когда нужно сообщить учащимся новые знания, факты, события, т.е. то, что они не могут наблюдать непосредственно. Например, исторические справки по дорожной, пожарной или бытовой тематике. Содержание рассказа должно опираться на имеющийся личный опыт детей, который педагог расширяет и обогащает новыми элементами. В рассказе используются логические приемы сравнения, сопоставления, обобщения. Рассказ, как правило, сопровождается показом

иллюстраций, рисунков в учебнике или рабочей тетради, записью новых слов, понятий, определений.

Рассказ-объяснение необходимо применять, когда нужно раскрыть логическую последовательность, обнаружить зависимости между изучаемым объектом и явлениями в окружающей среде (например, между переходом дороги и зеленым сигналом светофора, между природным явлением и особенностями поведения человека при нём и т.д.). В рассказе-объяснении педагог постоянно дает установку на необходимость больше видеть вокруг, быть внимательными и осторожными. Так, наблюдая происходящее на улице, в природе, в месте скопления людей ребенок должен уметь выделить все основные признаки предметов (а не только их цвет, величину), т.е. представить всю картину, событие целиком. Целостное восприятие закрепляется в памяти в виде образов и способствует работе воображения и мышления. Ребенок должен уметь отделить главное от второстепенного, общее от частного, найти связи и зависимости между предметами, объектами, изображенными на картинках, и сравнить их с реальной обстановкой, рассказом педагога и объяснением, как надо поступать в конкретном случае.

Беседа. Этот метод педагог использует, опираясь на уже имеющиеся знания и личный опыт школьников, подводит их с помощью вопросов к пониманию нового учебного материала, углубляет и развивает их знания, умения и навыки.

Если педагог умело ставит вопросы, он побуждает учащихся вспоминать известные им знания о действиях в различных условиях путем самостоятельных размышлений, выводов и обобщений. В основе беседы – диалог между педагогом и школьниками, он активизирует их мышление.

Беседа может строиться дедуктивно (от известных общих правил к частным заключениям) или индуктивно (от отдельных фактов, понятий к общим выводам). Беседа помогает объединить изучение нового материала с закреплением и проверкой пройденного.

В беседе важно продумывать вопросы. Один из них может быть направлен на факты, примеры опасного поведения, а другой – актуализирует знания и личный опыт учащихся. Вопросы необходимы и для выявления новых связей между понятиями, явлениями в окружающей среде.

В беседе педагог должен поддерживать постоянный контакт с учащимися. Для этого их ответы и вопросы следует внимательно выслушивать. Правильные ответы одобрять похвалой, неправильные, неполные – комментировать, поправлять. Можно предложить каждому учащемуся самому найти неточности и ошибки в ответе. И лишь когда тот не сумеет этого сделать, надо призвать на помощь других учащихся.

Так, если ребенка спросить, что нарисовано на картинке, он перечислит изображенные предметы. Но можно задать вопрос иначе: «Что делают

пешеходы и водители на картинке?» Мысль ребенка направляется на установление связей, действий между ними. Если попросить школьника придумать название для картинки, задача усложнится. Учащийся сопоставляет предметы и их признаки между собой, определяет главное в сюжете и придумывает название.

Правильно сформулированная задача придает мышлению детей направленность на то, что от них требуется. Существенную роль играют установки педагога на запоминание той или иной информации, неоднократное повторение в процессе занятий (по разным темам), например, значимости зеленого сигнала светофора как безопасного, красного – как опасного или правила перехода улиц и дорог (смотрим во все стороны, а затем налево, направо и контролируем обстановку со всех сторон).

Работа с иллюстративным (наглядным) материалом. Это самостоятельная работа учащихся. Они записывают новые слова и термины, изучают учебный материал, сюжетные картинки и отдельные рисунки, ищут ответы на поставленные вопросы, выполняют задания педагога. Если ребенок самостоятельно рисует, раскрашивает, отгадывает, он лучше запоминает и осмысливает материал.

Рассматривая иллюстрации и слушая рассказ педагога, дети расширяют личные наблюдения за реальными картинами жизни. Это достигается обсуждением действий водителя, пешехода, пассажира; пожарного, спасателя, медицинского работника. Педагог просит учащихся объяснить, почему они поступают именно так, а не иначе. Ставится вопрос о взаимосвязи между предметами, объектами, явлениями в рассматриваемой обстановке. То есть младших школьников необходимо постепенно учить оперировать отвлеченными понятиями.

Самостоятельная работа с иллюстративным материалом, сопровождаемая рассказом-объяснением и беседой, развивает произвольное внимание и мышление.

Игра. Познавательные игры с детьми проводят преимущественно по правилам. Сначала формируют задание, потом – способ выполнения.

Чаще всего используют игры-упражнения, многократно повторяемые и направленные на формирование умений и навыков безопасно вести себя дома, в школе, на улицах и дорогах, в привычных и непривычных условиях. Упражнения могут быть индивидуальными и групповыми.

Индивидуальные упражнения применяют для отработки двигательных навыков у малоподвижных детей.

Вводные упражнения предполагают точное воспроизведение тех или иных действий после показа педагогом. Сначала с каждым учащимся отрабатывают элементы действий, потом эти же действия дают последовательно, затем сравнивают с образцом (эталонном).

Тренировочные упражнения имеют целью повторить усвоенные действия для поддержания уже сформировавшихся умений и навыков.

Таким образом, игры-упражнения нужны для развития координации движений в реальной обстановке. Постепенное усложнение сознательного многократного повторения действий помогает сформировать безопасное поведение учащихся на улицах, дорогах и в быту.

Ролевая игра. Она всегда носит эмоциональный характер, что способствует более прочному запоминанию правильных безопасных действий. При распределении ролей (водителя, пешехода, пассажира, пожарного, спасателя) у учащихся развивается воображение. Они начинают подчиняться определенным правилам, связанным с ролью.

Важно наблюдать за отношением ребенка к роли. В ней поведение ребенка существенно перестраивается. Оно становится произвольным, т.е. контролируется и сопоставляется с эталоном.

Организуя игры, следует иметь в виду, что функция самоконтроля у детей развита слабо. Поэтому ребенку нужна постоянная поддержка педагога и участников игры. В 3-4 классах в игру можно будет вводить моделирование различных нестандартных ситуаций для самостоятельного поиска выхода из опасных условий, анализа и оценки ошибочных, неправильных и, наоборот, правильных и безопасных действий.

Экскурсия. Она проводится для ознакомления с окружающей средой и закрепления учебного материала. Экскурсии могут быть пешие, автобусные и на маршрутном транспорте. Во время остановок педагог обращает внимание учащихся на опасные места по маршруту движения в школу, вокруг школы, объекты, представляющие опасность, закрывающие обзор, сезонные изменения дорожных условий; показывает действия пешеходов, водителей и пассажиров, дорожную разметку, указательные знаки, светофоры и т.д.

Педагог просит детей прислушаться к звукам, шумам, сигналам машин, по которым надо уметь различать движущиеся транспортные средства. Важно показать, где нельзя переходить улицы и дороги: вблизи крутых поворотов, при наличии препятствий, ограничивающих обзор дороги; на нерегулируемых перекрестках с интенсивным движением и большим числом прилегающих дорог, проездов, выездов; где нельзя гулять, играть, находиться длительное время и т.д.

На экскурсиях дети приобщаются к природной, техногенной и социальной среде, осознают значимость усвоенных знаний, умений, навыков и привычек.

Формирование у младших школьников навыков безопасного поведения изо дня в день возможно, как в образовательном процессе, реализуемом в форме традиционного урока, так и в других формах дидактических занятий с применением инноваций.

В этом плане рекомендуется методика проведения экскурсии как одной из наиболее эффективных форм дидактических занятий.

Экскурсия может быть вводной, ознакомительной, обзорной. Цель ознакомительной экскурсии: сформировать у учащихся целостное представление об окружающей их среде, взаимосвязи в ней объектов и субъектов жизнедеятельности, постоянно возникающих различных нестандартных ситуаций и т.д. Обратить внимание детей на особенности опасного поведения участников дорожного движения, окружения людей в плане пожарной безопасности, электробезопасности, правил поведения на природе, у воды и нарушения правил безопасности жизнедеятельности. Научить детей видеть и предвидеть опасности. Рассказать о типичных ошибках в поведении детей, не умеющих предвидеть опасность. Объяснить новые для детей понятия по тематике безопасности.

Полученные в процессе экскурсии наглядные образы являются основой для дальнейшего обучения и воспитания младших школьников в процессе классных занятий по тематике ОБЖ, формирования и развития у них: воображения, мышления, внимания, наблюдательности, речи и других познавательных способностей, необходимых для правильной и безопасной ориентации в чрезвычайных, опасных и экстремальных ситуациях.

3. Описание места учебного предмета в учебном плане

В учебном плане образовательного учреждения предмет «ОБЖ» входит в состав части, формируемой участниками образовательных отношений. На его проведение в 3 классе выделяется 1 час в неделю, 34 часа в год.

4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты

- умение оценивать жизненные ситуации с точки зрения безопасности;
- умение самостоятельно формулировать самые простые, общие для всех людей правила здорового образа жизни, безопасного поведения;
- умение с помощью учителя объяснить свою позицию по вопросам безопасности жизнедеятельности;
- умение отличать верно выполненное задание от неверно выполненного;

Предметные результаты

Достаточный уровень:

- знание распространённых опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального происхождения;

- сформированность представлений о здоровье и здоровый образ жизни, режиме дня, о необходимых условиях, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья;
- соблюдение режима дня; умение ухаживать за своим телом;
- сформированность представлений о общих правилах оказания первой медицинской помощи при порезах, ожогах, укусах насекомых, кровотечениях;
- сформированность представлений о правилах безопасного поведения дома;
- сформированность представлений о причинах возникновения пожаров в доме, о правилах безопасного поведения при возникновении пожара;
- сформированность представлений о правилах безопасного поведения с незнакомыми людьми;
- умение применять полученные знания при передвижении в школу и обратно (ребёнку, ежедневно приходящему в школу из дома); применение знаний дорожной безопасности при переходе через дорогу, знание некоторых дорожных знаков, сигналов светофора;
- знание и соблюдение правил безопасного поведения на природе;
- умение выбрать одежду по сезону.

Минимальный уровень:

- соблюдение режима дня школьника, понимание его значения в жизни человека;
- выполнение гигиенических процедур (умываться, чистить зубы, мыть руки перед едой и после посещения туалетной комнаты, при необходимости пользоваться носовым платком и т.п.), понимание их значения;
- соблюдение правил безопасного поведения в школе и дома;
- умение по рисунку, схеме определить «опасная» или «неопасная» ситуация;
- соблюдение правил безопасного общения с незнакомыми людьми;
- умение выбрать одежду по сезону;
- умение действовать по сигналу «Внимание всем!»

Требования к оцениванию

Оценка личностных результатов предполагает, прежде всего, оценку продвижения обучающегося в овладении социальными (жизненными) компетенциями, может быть представлена в условных единицах:

- 0 баллов - нет фиксируемой динамики;
- 1 балл - минимальная динамика;
- 2 балла - удовлетворительная динамика;
- 3 балла - значительная динамика.

Результаты обучения на уроке ОБЖ в 3 классе оцениваются по пятибалльной системе и дополняются устной характеристикой ответа.

Оценка «5» - ставится обучающемуся, если он дает правильный, логически законченный ответ, раскрывает возможные взаимосвязи, умеет применять свои знания на практике.

Оценка «4» - ставится, если ответ обучающегося в основном соответствует требованиям, установленным для оценки «5», но он допускает отдельные неточности в изложении фактического материала, неполно раскрывает взаимосвязи или испытывает трудности в применении знаний на практике.

Оценка «3» - ставится, если обучающийся излагает материал с помощью наводящих вопросов учителя, ограничивается фрагментарным изложением фактического материала и не может применять самостоятельно знания на практике.

Оценка «2» - не ставится.

5. Содержание учебного предмета

I. Защита человека в чрезвычайных ситуациях.

1.1. Чрезвычайные ситуации.

Какими бывают чрезвычайные ситуации. Чрезвычайные ситуации природного происхождения. Наводнения, причины наводнений. Мероприятия по защите от наводнений.

1.2. Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения.

Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Сигнал «Внимание всем!». Что необходимо сделать по сигналу «Внимание всем!».

II. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.

2.1. Болезни, их причины и связь с образом жизни.

От чего зависит наше здоровье. Как живет наш организм, из чего состоит тело человека. Наши органы: головной мозг, нервы, глаза, уши, зубы, мышцы, кости и суставы; сердце и кровеносные сосуды, желудок и кишечник. Органы дыхания. Болезни и их возможные причины. Пути передачи инфекционных заболеваний. Заноза, кровотечение, укус, ушиб.

2.2. Первая медицинская помощь при отравлении пищевыми продуктами.

Отравления. Причины отравлений. Признаки отравлений. Первая помощь при отравлении грибами.

III. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся.

3.1. Безопасное поведение на воде.

Чем опасны водоемы зимой. Меры предосторожности при движении по льду водоемов. Правила купания в оборудованных и необорудованных местах. Правила поведения на пляже. Уроки плавания:

- подготовительные упражнения для освоения в воде;
- техника спортивного плавания «кроль на груди».

3.2. Безопасное поведение на природе. Нарушение экологического равновесия в местах проживания, правила поведения.

Чистый воздух, его значение для здоровья человека, причины загрязнения. Правила безопасного поведения в лесу, в поле, у водоема. Как ориентироваться в лесу. Как вести себя на реке зимой. Опасные ситуации в природе: дождь, гроза, снегопад и др. Ориентирование. Правила поведения. Ядовитые растения, грибы, ягоды, меры безопасности. Опасные животные и насекомые. Правила поведения при встрече с опасными животными и насекомыми, меры защиты от них.

3.3. Безопасное поведение на дорогах.

Движение пешеходов по дорогам. Элементы дорог. Правила перехода дорог. Перекрестки. Сигналы светофора и регулировщика. Правила перехода дорог при высадке из транспортного средства. Обязанности пассажира. Безопасная поза при аварийной ситуации в транспорте. Безопасное поведение на улицах и дорогах. Где можно и где нельзя играть.

№	Содержание разделов	Кол-во часов	Контрольные работы, тесты
1	Основы здорового образа жизни.	2	1
2	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.	10	1
3	Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся	16	1
4	Защита человека в чрезвычайных ситуациях	6	1
	ИТОГО	34	4

6. Календарно-тематическое планирование. ОБЖ. 3 класс.

№	Тема занятия	Кол-во часов	Дата
Основы здорового образа жизни.			
1.	ЗОЖ. Что это такое?	1	
2.	Три самые большие опасности, подстерегающие людей.	1	
Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.			
3.	Болезни, их причины и связь с образом жизни.	1	
4.	От чего зависит наше здоровье. Как живет наш организм, из чего состоит тело человека.	1	
6.	Наши органы.	1	
6.	Мозг – наш главный командир.	1	
7.	Почему нельзя долго сидеть за компьютером.	1	
8.	Чтобы зубы были здоровы.	1	
9.	Почему нельзя питаться чипсами и увлекаться газированной водой.	1	
10.	Болезни и их возможные причины. Пути передачи инфекционных заболеваний.	1	
11.	Заноза, кровотечение, укус, ушиб. Первая помощь.	1	
12.	Отравления. Причины и признаки отравлений. Первая помощь при отравлении пищевыми продуктами, грибами.	1	
Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся			
13.	Чем опасны водоемы зимой. Меры предосторожности при движении по льду водоемов.	1	
14.	Правила купания в оборудованных и необорудованных местах. Правила поведения на пляже.	1	
15.	Если кто-то тонет. Правила поведения. Как делать искусственное дыхание.	1	
16.	Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Правила закаливания организма.	1	
17.	Чистый воздух, его значение для здоровья человека, причины загрязнения.	1	
18.	Правила безопасного поведения в лесу, в поле, у водоема. Как ориентироваться в лесу. Как вести себя на реке зимой.	1	
19.	Опасные ситуации в природе: дождь, гроза, снегопад и др. Ориентирование. Правила поведения.	1	
20.	Ядовитые растения, грибы, ягоды, меры безопасности.	1	

21.	Опасные животные и насекомые. Правила поведения при встрече с опасными животными и насекомыми, меры защиты от них.	1	
22.	Безопасное поведение на дорогах. Движение пешеходов по дорогам.	1	
23.	Элементы дорог.	1	
24.	Правила перехода дорог. Перекрестки. Сигналы светофора и регулировщика.	1	
25.	Правила перехода дорог при высадке из транспортного средства.	1	
26.	Обязанности пассажира. Безопасная поза при аварийной ситуации в транспорте.	1	
27.	Безопасное поведение на улицах и дорогах. Где можно и где нельзя играть.	1	
28.	Конкурс рисунков «Я знаю и соблюдаю правила дорожного движения»	1	
Защита человека в чрезвычайных ситуациях			
29.	Какими бывают чрезвычайные ситуации. Чрезвычайные ситуации природного происхождения.	1	
30.	Наводнения, причины наводнений. Мероприятия по защите от наводнений.	1	
31.	Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Сигнал «Внимание всем!». Что необходимо сделать по сигналу «Внимание всем!».	1	
32.	Игра «Зарница»	1	
33.	Экологическая безопасность. Тест.	1	
34.	Природные стихийные бедствия. Тест	1	

7. Описание материально-технического обеспечения образовательной деятельности.

Учебные пособия для учителя:

- Анастасова Л.П., Ижевский П.В., Иванова Н.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 1-2 кл. Учебное пособие – М.: Просвещение, 2014.
- Анастасова Л.П. Основы безопасности жизнедеятельности. Рабочая тетрадь для 1-2 кл. В 2-х ч. – М.: Просвещение, 2014.
- Топоров И.К. Методика преподавания курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в общеобразовательных учреждениях: кн. для учителя – М.: Просвещение, 2000.

Учебно-практическое оборудование:

- Комплект плакатов «Безопасность дорожного движения» 1-4 кл.: Иллюстративный материал/под редакцией А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2003.

- Наглядно-дидактический материал «Распорядок дня».
- Технические средства обучения: ноутбук, интерактивная доска, телевизор; экранно-звуковые пособия (презентации, мультфильмы), CD «Правила дорожного движения для детей».
- Интернет ресурсы.