

**ПРИНЯТА**

решением Педагогического совета

Протокол № 1 от 30.08.2024

**УТВЕРЖДЕНА**

Директор ГБОУ школы-интерната № 22

\_\_\_\_\_  
Иванова И.Ю.  
Приказ № 327 от 30.08.2024

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
школа-интернат № 22 Невского района Санкт-Петербурга

**Рабочая программа**  
курса  
**«Путешествие в страну здоровья и безопасности»**  
**для 8 «А» класса**  
на 2024 – 2025 учебный год

учитель: Кононова А.М.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа курса «Путешествие в страну здоровья и безопасности» разработана в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Она адаптирована для учащихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) с учетом их особенностей развития, возможностей и образовательных потребностей.

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.

В результате реализации программы у обучающихся развиваются группы качеств: внимательное, ответственное отношение к самому себе, к своему здоровью, к другим людям, к окружающему миру, уважение к старшим, доброта, дисциплинированность, соблюдение порядка, любознательность, любовь к прекрасному, стремление быть сильным и ловким.

**Цель программы:** воспитание и формирование человека, владеющего системой теоретических знаний и умений безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, необходимых для применения в практической деятельности, защиты личного здоровья.

Для достижения поставленной цели предусматривается решение следующих основных задач:

### **образовательные:**

- формирование у учащихся правильного восприятия роли и места человека в системе «Природа-Человек-Общество», понимание взаимозависимости ее составляющих в обеспечении безопасности жизнедеятельности;
- освоение учащимися правил и принципов безопасного поведения, деятельности, не порождающей источников опасностей;
- формирование у учащихся навыков здорового образа жизни;
- развитие умения применять средства и способы защиты жизни и здоровья в экстремальных ситуациях.

### **коррекционно-развивающие:**

- формирование навыков сравнения, обобщения, анализа, синтеза;
- развитие наблюдательности, внимания, абстрактного мышления, памяти, речи;
- обучение установлению простейших причинно-следственных связей;
- расширение кругозора.

### **Основные направления и ценностные основы воспитания и социализации учащихся:**

<b>Основные направления и ценностные основы воспитания и социализации учащихся</b>	<b>Решение задачи воспитания и социализации учащихся с учетом рабочей программы воспитания</b>
1. Воспитание гражданственности, патриотизма, уважения к правам, свободам и обязанностям человека. Ценности:	– формирование любви к школе, к своей малой родине (своему городу), народу, России; – знакомство с государственной символикой;

<p>любовь к России, своему народу, своей малой родине, родному языку; закон и правопорядок; свобода и ответственность</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– знакомство с традициями своей семьи и школы, бережное отношение к ним;</li> <li>– формирование правил поведения в классе, школе, дома;</li> <li>– формирование уважительного отношения к своей стране, гордость за её достижения и успехи,</li> <li>- формирование уважение к правам и свободам личности.</li> </ul>
<p>2. Воспитание нравственных чувств и этического сознания.          Ценности:          нравственный выбор; справедливость; милосердие; честь; достоинство; любовь; почитание родителей; забота о старших и младших</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– формирование представлений о моральных нормах и правилах нравственного поведения; убеждённости в приоритете общечеловеческих ценностей;</li> <li>– закрепление правил вежливого поведения, культуры речи;</li> <li>– формирование уважительного отношения к собеседнику, его взглядам;</li> <li>– различение хороших и плохих поступков, умение анализировать нравственную сторону своих поступков и поступков других людей, в том числе персонажей литературных произведений;</li> <li>– формирование почтительного отношения к родителям и другим членам своей семьи, к семейным ценностям и традициям;</li> <li>– формирование представлений о дружбе и друзьях,</li> <li>– формирование чувства собственного достоинства и уважения к достоинству других людей;</li> <li>– стремление к критическому мышлению;</li> <li>– формирование потребности в поиске истины (потребность и способность понимать), эмоционально-нравственная отзывчивость (готовность помочь), понимание и сопереживание чувствам других людей;</li> <li>– развитие уверенности в себе и своих силах;</li> <li>– формирование доверительного, внимательного, уважительного отношения к окружающим людям;</li> <li>– формирование чувства великодушия, милосердия, стремления приходить на помощь, желания доставлять радость людям;</li> </ul>
<p>3. Воспитание трудолюбия, творческого отношения к учению, труду, жизни.          Ценности:          трудолюбие; творчество; познание;</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– формирование уважения к труду и творчеству старших и сверстников;</li> <li>– формирование потребности считаться с мнением членов коллектива;</li> </ul>

<p>целеустремлённость; настойчивость в достижении целей</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– формирование понимания роли знаний в жизни человека;</li> <li>– формирование положительного отношения к учебному процессу; умения вести себя на уроках;</li> <li>– развитие познавательных потребностей; потребности расширять кругозор; проявлять любознательность;</li> <li>– развитие способность к общению: умению принимать свои собственные решения, уважительному отношению к мнению собеседника, его взглядам.</li> </ul>
<p>4. Формирование ценностного отношения к здоровью и здоровому образу жизни. Ценности: здоровье физическое, здоровье социальное (здоровье членов семьи и школьного коллектива); активный, здоровый образ жизни</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– стремление не совершать поступки, угрожающие собственному здоровью и безопасности;</li> <li>– стремление к активному образу жизни;</li> <li>– формирование положительного отношения к спорту.</li> </ul>
<p>5. Воспитание ценностного отношения к природе, окружающей среде (экологическое воспитание). Ценности: жизнь; родная земля; окружающий мир; экология</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– формирование бережного, уважительного отношения к природе и всем формам жизни;</li> <li>– понимание активной роли человека в природе;</li> <li>– формирование чувства ответственности за жизнь и здоровье домашних питомцев,</li> <li>– осознание необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде.</li> </ul>
<p>6. Воспитание ценностного отношения к прекрасному, формирование представлений об эстетических идеалах и ценностях (эстетическое воспитание) Ценности: красота; гармония; духовный мир человека; художественное творчество</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– развитие умения видеть красоту в окружающем мире, в труде, творчестве, поведении и поступках людей;</li> <li>– развитие интереса к чтению, произведениям искусства, спектаклям, концертам, выставкам;</li> <li>– стремление выразить себя в различных видах творческой деятельности;</li> <li>– формирование уважительного отношения к мировой истории, памятникам литературы, искусства и науки.</li> </ul>

**Программа по курсу «Путешествие в страну здоровья и безопасности» составлена на основании:**

- Приказа Министерства образования Российской Федерации от 19.12.2014 г. №1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)».
- Положения о рабочей программе, принятого решением Управляющего совета 06.06.2024 г., протокол № 5.

- Плана внеурочной деятельности, реализующего адаптированную основную общеобразовательную программу образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), (вариант 1) на 2024 – 2025 учебный год.
- Адаптированной основной общеобразовательной программы обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями), 1 вариант.

Рабочая программа в 8 классе рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю).

Коррекционная направленность реализации программы обеспечивается через использование в образовательном процессе специальных методов и приемов, создание специальных условий, распределение содержания программы, исходя из психофизиологических особенностей класса.

### **Средства, методы и формы обучения.**

Методы и средства целесообразно классифицировать в зависимости от этапов обучения: сообщение новых знаний, закрепление, контроль.

При формировании новых знаний, умений и навыков используются современные методы обучения: наглядные, словесные и практические. У учащихся с проблемами в развитии и обучении наглядные и словесные методы применяются параллельно. Проблемный метод позволяет организовывать познавательную деятельность учащихся таким образом, что они самостоятельно могут сделать доступные им обобщения и выводы. Используется репродуктивный метод, позволяющий тренировать память. Применяется творческая деятельность и частично поисковые методы при работе с типовыми планами. В качестве мотивации используется технология опережающего обучения.

При закреплении новых знаний ведущими являются практические методы работы, которые используются при формировании общеучебных навыков на уроках. При отработке навыков целесообразно использовать дидактические игры. Метод беседы используется при закреплении теоретических знаний.

### **Виды и формы контроля (безоценочного):**

- устный или письменный подробный или сжатый пересказ по наводящим вопросам,
- устный или письменный опрос по пройденному материалу,
  - тестирование (в том числе с использованием информационно – коммуникационных технологий),
- наблюдение (подразумевает отслеживание сформированных умений, навыков и приемов применения знаний),
- творческие работы

Периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся проводится согласно локальному нормативному акту ОУ.

### **Личностными результатами обучения в 8 классе являются:**

- сформированность установки на безопасный, здоровый образ жизни;
- соблюдение правил здорового образа жизни;

- сформированность адекватных представлений об опасностях и вредных факторах среды обитания человека;
- сформированность адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;
- проявление доброжелательности, взаимопомощи, проявление сопереживания к чувствам других людей,
- сформированность навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях.

### **Планируемые результаты освоения программы:**

- сформированность адекватных представлений:
  - правила сбора грибов, которые помогут избежать отравления; действовать во время грозы;
  - правила поведения в лесу при встречах с опасными животными;
  - причины возникновения опасных ситуаций на воде;
  - правила катания на лодке, правила поведения на льду;
  - приёмы проведения искусственного дыхания.
  - характеристику автомобилей на природном газе и водородном топливе, электромобилей, гибридных автомобилей;
  - правила поведения во время дорожно-транспортных происшествий,
  - номера телефонов экстренных служб (службы спасения, полиции, единый номер экстренной службы своего региона);
  - правила поведения в метро и на борту авиалайнеров и перед полётом;
  - виды активного туризма, обязанности туриста в туристической группе;
  - естественные препятствия в различных видах туризма и их характеристика, объективные и субъективные трудности турпохода;
  - требования к подбору рюкзака для совершения похода;
  - правила переправы через замёрзшие реки и водоёмы; организация бивуака туристической группы;
  - типы костров, используемых в турпоходе, и их назначение, правила разведения костров
  - вреде алкоголя;
  - вреде курения.
- сформированность навыков и умений:
  - определять ядовитые растения нашей местности, особенности их влияния на здоровье человека;
  - действовать в неожиданных ситуациях, выполнять правила поведения при купании, уметь отдыхать на воде, отработать умение оценивать обстановку и навыки проведения необходимых действий для спасения тонущего человека(снятие стресса, буксировка с захватом, проведение искусственного дыхания).
  - определять негативное воздействие транспорта на природу и здоровье человека, а также определять основные направления повышения безопасности автомобиля;
  - оценивать обстановку ДТП, по возможности принять участие в оказании первой помощи пострадавшим (определять место полученной травмы, останавливать

кровотечение, накладывать повязки, ставить шины, облегчать состояние больного при ожогах);

- вести себя при возникновении опасных ситуаций, поэтому важна психологическая готовность к встрече с опасностью, сдержанность и спокойствие, чёткое выполнение всех требований стюардессы
- обеспечить безопасность в туристических походах;

В соответствии со ст. 16. Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», организации, осуществляющие образовательную деятельность, вправе применять электронное обучение, дистанционные образовательные технологии при реализации образовательных программ.

В этом случае для обучающихся готовятся задания с указанием контрольных сроков их выполнения, которые размещаются на официальном сайте ОУ в специальном разделе или высылаются доступными для обучающихся способами.

В обучении с применением дистанционных образовательных технологий могут использоваться следующие организационные формы учебной деятельности:

- консультация;
- самостоятельная работа.

Использование технологий электронного обучения в образовательном процессе предполагает следующие виды учебной деятельности:

<b>Вид учебной деятельности</b>	<b>Форма, режим</b>	<b>Этап изучения материала</b>
Установочные занятия	Очная, заочная, в индивидуальном или групповом режиме – в зависимости от особенностей и возможностей обучающихся (режим online или offline)	Перед началом обучения, перед началом курса, перед началом значимых объемных или сложных тем курса
Самостоятельное изучение материала	Заочная, на основе рекомендованных информационных источников (режим online или offline)	Во время карантина или переноса учебных занятий
Консультирование	Индивидуально или в группе, в режиме online или offline	В процессе изучения учебных курсов – по мере возникновения затруднений у обучающегося
Контроль	Заочно (в режиме online или offline)	По завершении отдельных тем или курса в целом

Текущий контроль при организации освоения образовательных программ или их частей с применением дистанционных образовательных технологий может организовываться в следующих формах:

- электронный опрос с применением тестов, интерактивных заданий;
- выполнение самостоятельной работы по предмету, организованной с использованием цифровых платформ или без них

## СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

- Виноградова Н.Ф. «Основы безопасности жизнедеятельности». Учебник для учащихся 5-6 классов образовательных учреждений. Издательский центр «Вентана-Граф». Москва 2020г.
- Воронин Д. «Опасные забавы». Пособие по дисциплине «ОБЖ» для младшего и среднего школьного возраста. «Янтарный сказ», 2001 г.
- Ильин А. «Книга, которая спасет вам жизнь». ЭКСМО Москва 2012.
- Лукьянов Е.А. Материалы к курсу «ОБЖ». «Экстремальные ситуации в природе».СПб, 1992 г.
- Топоров И.К. «Основы безопасности жизнедеятельности». Учебное пособие. СПб, 1992 г.
- Топоров И.К.. «Основы безопасности жизнедеятельности». Учебник для учащихся 5-6 классов образовательных учреждений. М, «Просвещение», 2001
- Якушкин Г.В. «Терроризм – угроза жизни и безопасности». Действия населения в случае угрозы и совершения террористического акта.СПб, 2004 г.
- Памятка «Это необходимо знать, чтобы избежать чрезвычайной ситуации».СПб., 2007 г.
- «Первая медицинская помощь». Порядок, приемы и правила оказания первой медицинской помощи в различных ситуациях. СПб., 2004 г.
- Сборник вопросов и задач по курсу «ОБЖ». 5-9 классы. СПб., 1998 г.
- Драновская Р.Г.. Рабочая тетрадь по основам безопасности жизнедеятельности, к учебнику «ОБЖ», 5 класс, Москва, АСТ Астрель 2010
- Интернет
- Электронные презентации
  - <https://interneturok.ru/lesson/obzh/5-klass/lichnaya-bezopasnost-v-povsednevnoy-zhizni/opasnye-i-chrezvychaynye-situatsii>
  - <https://interneturok.ru/lesson/obzh/5-klass/lichnaya-bezopasnost-v-povsednevnoy-zhizni/opasnye-i-chrezvychaynye-situatsii>
  - <https://www.youtube.com/watch?v=UO3tDIyd-Us>
  - <https://www.youtube.com/watch?v=BCz4EITmGcA>



**Календарно – тематическое планирование 8 А класс**

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Основные виды деятельности	Дата	
				по плану	по факту
1.	Лес – это серьезно. Ядовитые растения.	1	Просмотр презентации. Анализ проблемных ситуаций.		
2.	Грибы съедобные и несъедобные.	1	Анализ полученной информации.		
3.	Отравления ядовитыми растениями и грибами. Первая помощь при отравлении.	1	Анализ имеющегося опыта. Оценка выполнения тестовых заданий (самооценка)		
4.	Грибная кулинария.	1	Оформление памятки: последовательность действий. Участие в диалоге.		
5.	Неожиданные встречи в лесу.	1	Работа с рубрикой «Вспомни»: актуализация имеющегося опыта по данной теме. Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи.		
6.	Если гроза застала вас в лесу.	1	Работа с рубрикой «Вспомни»: актуализация имеющегося опыта по данной теме Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи.		
7.	Опасные ситуации на воде.	1	Работа с рубрикой «Правила поведения на воде»: актуализация имеющегося опыта по данной теме.		
8.	Повторение.	1	Выполнение тестовых заданий.		
9.	Правила плавания на лодке.	1	Работа с текстами и иллюстрациями, анализ и		

			актуализация имеющегося опыта по данной теме. Работа в парах: создание правил безопасного плавания на лодке.		
10.	Как помочь тонущему человеку.	1	Работа с рубрикой «Опасные ситуации на воде»: актуализация имеющегося опыта по данной теме: способы спасения тонущего человека.		
11.	Как спастись, если провалился под лед.	1	Работа с рубрикой «Помощь провалившемуся под лед»: актуализация имеющегося опыта по данной теме. Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи: помощь спасённому из проруби.		
12.	Правила зимней рыбалки.	1	Работа с рубрикой «Зимняя рыбалка»: актуализация имеющегося опыта по данной теме. Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи: составление правил безопасности при зимней рыбалки..		
13.	Транспорт в современном мире.	1	Работа с текстами, иллюстрациями и таблицами. Работа с информацией о современном транспорте.		
14.	Чрезвычайные ситуации на дорогах.	1	Учебный диалог: работа с рубрикой «Обсудим вместе», анализ текста «Поговорим о дорожно-транспортных происшествиях. Причины и последствия». Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи: опасность наезда автомобиля		

			на пешехода.		
15.	Опасные игры на дорогах.	1	Чтение и анализ текста. Работа в парах: оценка информации, представленной в иллюстрациях. Практическая работа: анализ и обобщение информации, представленной в иллюстрациях; оценка эмоционального состояния..		
16.	Повторение.	1	Выполнение тестовых заданий.		
17.	Как вести себя в дорожно–транспортном происшествии.	1	Чтение и анализ текста. Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи: создание памятки «Поведение в дорожно-транспортном происшествии».		
18.	Оказание первой помощи при кровотечении.	1	Работа с рубрикой «Медицинская страничка»: актуализация имеющегося опыта по данной теме. Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи.		
19.	Опасные ситуации в метро.	1	Оценка информации, представленной в тексте. Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи: создание памятки «Правила поведения в метро».		
20.	Авиакатастрофы. Правила поведения на борту.	1	Учебный диалог, работа с рубрикой «Обсудим вместе»; анализ текста «Правила поведения на борту авиалайнера». Работа в парах: правила взаимодействия при		

			решении учебной задачи.		
21.	Железнодорожные катастрофы.	1	Оценка информации, представленной в тексте. Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи: составление плана ответа на вопрос «Особенности поведения на железнодорожном транспорте».		
22.	Зацепинг – опасная игра.	1	Чтение и анализ текста. Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи. Обсуждение видеоролика.		
23.	Обеспечение безопасности в туристских походах.	1	Учебный диалог: анализ текста и иллюстраций. Анализ представленной информации.		
24.	Правила безопасности в туристском походе.	1	Учебный диалог: анализ иллюстраций, Учебный диалог: анализ текста и иллюстраций. Чтение текста рубрики «Медицинская страничка». Анализ представленной информации.		
25.	Правила безопасного движения по туристическому маршруту.	1	Практическая работа. Чтение текста рубрики «Медицинская страничка». Анализ представленной информации.		
26.	Повторение.	1	Выполнение тестовых заданий.		
27.	Преодоление естественных препятствий.	1	Учебный диалог (работа с рубрикой «Обсудим вместе»); анализ текста , актуализация имеющегося опыта по данной теме. Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи. Работа с		

			информацией, представленной на «Медицинской страничке».		
28.	Правила переправы через замерзшие реки и водоемы.	1	Чтение и анализ текста, актуализация имеющегося опыта по данной теме. Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи. Работа с информацией, представленной на «Медицинской страничке».		
29.	Если турист отстал от группы.	1	Чтение и анализ текста (учебник, с. 81). Работа с информацией, представленной на «Медицинской страничке».		
30.	Туризм и экология окружающей среды.	1	Работа с текстами, иллюстрациями и таблицами.		
31.	Обеспечение безопасности в водном туристическом походе.	1	Чтение и анализ текста, актуализация имеющегося опыта по данной теме. Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи.		
32.	Правила безопасного проведения водного похода.	1	Оценка информации, представленной в тексте. Работа в парах: правила взаимодействия при решении учебной задачи.		
33.	Узлы в туристском походе.	1	Чтение и анализ текста, актуализация имеющегося опыта по данной теме. Практическая работа.		
34.	Повторение.	1	Выполнение тестовых заданий.		