

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области
«Кировградская школа-интернат, реализующая адаптированные
основные общеобразовательные программы»**

Принято:
Педагогическим советом школы
Протокол заседания
№ 1 от «25» 08.2025г.



Утверждено:
ГБОУ СО
Директор школы
Парнигина О. В.
Приказ № 23 о/д от «26» 08.2025г.

**Рабочая программа
«Основы безопасности жизнедеятельности»
для обучающихся 3 «А» класса**

Составитель:
учитель высшей
квалификационной категории
Мухаметзянова Альфия Назымовна

2025 – 2026 г.

Структура рабочей программы учебного предмета «ОБЖ»:

1. Пояснительная записка.
2. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета.
3. Содержание учебного предмета.
4. Тематическое планирование.

1. Пояснительная записка.

Рабочая программа составлена для обучающихся 3 «А» класса по предмету «ОБЖ», на основе следующих нормативно - правовых документов:

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями);
3. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с нарушением интеллекта (вариант 1) ГБОУ СО «Кировградская школа - интернат»;
4. Учебный план ГБОУ СО «Кировградская школа-интернат» на 2025-2026 учебный год.

Программа реализуется посредством следующего методического комплекта:

1. Анастасова Л. П. Основы безопасности жизнедеятельности 3 класс: учебник для общеобразоват. учреждений / Л. П. Анастасова, П. В. Ижевский, Н. В. Иванова. — 3-е изд. — М.: Просвещение, 2021.
2. Анастасова Л. П. Основы безопасности жизнедеятельности. Рабочая тетрадь для 3 кл. - М.: Просвещение 2021.

Основной целью курса является формирование отношения к человеку и его здоровью как к ценности, выработка практических навыков безопасного поведения в социуме.

Главными задачами обучения по данной программе являются:

- развитие у детей чувства ответственности за свое поведение;
- развитие бережного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;
- стимулирование у ребенка самостоятельности в принятии решений и выработка умений и навыков безопасного поведения в реальной жизни.
- изучить краткие теоретические основы правил безопасного поведения и здорового образа жизни в соответствии с возрастом и особенностями учащихся;
- сформировать мотивацию к здоровому образу жизни;
- выработать практические навыки по оказанию первой медицинской помощи в чрезвычайных ситуациях.

Реализация программы позволит:

- привить учащимся начальные знания, умения и навыки в области безопасности жизни;
- сформировать у детей научно обоснованную систему понятий основ безопасности жизнедеятельности;
- выработать необходимые умения и навыки безопасного поведения в повседневной жизни в случае возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций.

Согласно учебному плану на изучение предмета выделяется в 3 классе 34 часа (1 час в неделю).

2. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета.

Личностные результаты.

- формирование умения оценивать жизненные ситуации с точки зрения безопасности; самостоятельно формулировать самые простые, общие для всех людей правила здорового образа жизни, безопасного поведения;
- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Формирования базовых учебных действий.

Коммуникативные учебные действия	Регулятивные учебные действия	Познавательные учебные действия
<ul style="list-style-type: none">- вступать в контакт и работать учитель - ученик;- использовать принятые ритуалы социального взаимодействия с учителем;- обращаться за помощью и принимать помощь;- слушать и понимать инструкцию к учебному заданию в разных видах деятельности и быту.	<ul style="list-style-type: none">- адекватно соблюдать ритуалы школьного поведения (поднимать руку, вставать и выходить из-за парты и т. д.);- принимать цели и произвольно включаться в деятельность, следовать предложенному плану и работать в общем темпе;- активно участвовать в деятельности, контролировать и оценивать свои действия;- соотносить свои действия и их результаты с заданными образцами, принимать оценку деятельности, оценивать ее с учетом предложенных критериев, корректировать свою деятельность с учетом выявленных недочетов.	<ul style="list-style-type: none">-выделять некоторые существенные, общие и отличительные свойства хорошо знакомых предметов;-делать простейшие обобщения, сравнивать, классифицировать на наглядном материале;-пользоваться знаками, символами, предметами-заместителями;- читать, писать;- работать с несложной по содержанию и структуре информацией (понимать изображение, текст, устное высказывание, элементарное схематическое изображение, таблицу, предъявленных на бумажных и электронных и других носителях).

Предметные результаты.

- Правила перехода дороги, перекрёстка;
- правила безопасного поведения при следовании железнодорожным, водным и авиационным транспортом, обязанности пассажира;
- особенности жизнеобеспечения дома (квартиры) и основные причины, которые могут привести к возникновению опасной ситуации;
- характеристики водоёмов в местах своего проживания, их состояние в различное время года;
- средства спасения утопающих, основные спасательные средства;
- правила безопасного поведения в лесу, в поле, у водоёма;

- меры пожарной безопасности;
- правила личной безопасности в различных опасных ситуациях, которые могут возникнуть дома, на улице, в общественном месте;
- наиболее характерные для региона проживания чрезвычайные ситуации, причины их возникновения и последствия;
- систему обеспечения безопасности жизнедеятельности населения в местах проживания;
- опасные погодные явления, наиболее характерные для региона проживания;

Помнить:

- основные правила безопасности при использовании электроприборов и других бытовых приборов, а также препаратов бытовой химии;
- рекомендации по соблюдению мер безопасности при купании, отдыхе у водоёмов;
- порядок и правила вызова милиции, «скорой помощи», пожарной охраны;

Обладать навыками:

- ориентирования по местности;
- действий в неблагоприятных погодных условиях, в том числе в лесу, в поле, у водоёма;
- действий в условиях возникновения чрезвычайной ситуации в регионе проживания;
- оказания первой медицинской помощи при порезах, ожогах, укусах насекомых, кровотечении из носа, попадании инородного тела в глаз, ухо или нос, при отравлении пищевыми продуктами.

Основные требования к знаниям и умениям обучающихся.

Обучающиеся имеют возможность знать:

- опасные места вокруг школы, дома, на улицах и дорогах;
- безопасные участки улиц и дорог;
- типичные ошибки поведения в дорожной среде, приводящие к несчастным случаям и авариям;
- места, где можно и нельзя играть, кататься на велосипеде, роликовых коньках, самокатных средствах, санках и т.п.;
- название и назначение дорожных знаков.

Правила:

- перехода проезжей части дороги по сигналам светофора и пешеходным переходам;
- движения по тротуару, пешеходной дорожке;
- движения группы детей в сопровождении взрослых;
- этичного, вежливого и безопасного поведения в транспорте;
- поведения в природе.

Обучающиеся имеют возможность уметь:

- переходить проезжую часть дороги по сигналам светофора и пешеходным переходам, а также проезжую часть дороги;
- правильно обходить транспортные средства;
- правильно вести себя во дворах, жилых зонах, на тротуаре, при движении группой, в транспорте, при езде на велосипеде;
- дисциплинированно вести себя на посадочных площадках при входе, выходе и в салоне маршрутного транспорта;
- правильно ухаживать за собой, за больным.

***Система оценки достижения обучающимися
планируемых результатов освоения рабочей программы по учебному предмету
«ОБЖ» в 3 класс***

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.

Критерии и нормы оценки знаний

Знания по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» оцениваются по результатам индивидуального опроса

Оценка	% выполнения заданий
удовлетворительно	35 – 50%
хорошо	50 – 60%
очень хорошо	свыше 60%

При оценке устных ответов обучающихся принимается во внимание:

- а) правильность ответа по содержанию, свидетельствующая об осознанности усвоения изученного материала;
- б) полнота ответа;
- в) умение практически применять свои знания;
- г) последовательность изложения и речевое оформление ответа.

Оценка «5» ставится ученику, если он: понимает материал, может с помощью учителя обосновать, самостоятельно дать ответ с применением примеров, допускает единичные ошибки, которые сам исправляет.

Оценка «4» ставится, если ученик дает ответ, в целом соответствующий требованиям оценки «5», но допускает неточности в подтверждении правил примерами и исправляет их с помощью учителя; допускает некоторые ошибки в речи; при работе над текстом или разборе предложения допускает 1-2 ошибки, которые исправляет при помощи учителя.

Оценка «3» ставится, если ученик понимает основные положения данной темы, но излагает недостаточно полно и последовательно, допускает ряд речевых ошибок, затрудняется самостоятельно подтвердить правила примерами и делает это с помощью учителя, нуждается в постоянной помощи учителя.

Оценка «2» не ставится.

3. Содержание учебного предмета.

Исходя из особенностей развития обучающихся, учитель на уроках ОБЖ воспитывает (тренирует) у них состояние физической, психической и социальной защищённости. Это является основой социализации детей с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями). Обучающиеся в доступной форме получают представления о том, что безопасность окружающего мира – необходимое условие существования каждого человека, взрослого и ребёнка.

Формы уроков определяются возрастными психофизиологическими особенностями обучающихся. Уроки проводятся в основном в виде бесед, практических работ и сюжетно-ролевых игр, направленных на выработку навыка самостоятельной работы.

Программа предполагает использование разнообразных наглядных средств обучения: модели, макеты, настольные игры; электронных средств обучения (компьютер).

Обязательно включаются в содержание занятий такие элементы, как:

- провоцирование в начале занятия интереса к новой теме с помощью загадок, вопросов, примеров, проблемных ситуаций, игровых ситуаций и т.д.;

- сюжетно-ролевые игры;

- активные паузы/ проведение физкультминуток.

Программой предусмотрены обязательные практические занятия:

Работа с дидактическим материалом (в игровой форме);

Изучение в реальной обстановке возможных в повседневной жизни опасных ситуаций (например, знакомство с правилами дорожного движения на улицах, площадях и перекрестках, расположенных вблизи школы).

Содержание разделов.

№ п/п	Название разделов	Краткое содержание
1	Безопасность.	Что такое безопасность и где нас подстерегает опасность.
2	Безопасность в доме.	Какие опасности нас подстерегают в помещении (острые, клюющие, режущие предметы, электроприборы, водопровод, лекарства, химикаты, газ, перила, балкон, лифт).
3	Личная безопасность в доме.	Как вести себя, если раздался звонок в дверь, звонок по телефону (умение пользоваться телефоном).
4	Личная безопасность на улице.	Будь осторожным с окружающими, с незнакомыми на улице. Знакомство с основными правилами безопасности на улице.
5	Пожарная безопасность.	Знать основные правила пожарной безопасности. Как действовать при возникновении пожара в доме, в школе.
6	Безопасность на дорогах.	Основные правила поведения учащихся на дорогах и улицах. Знакомство с дорожными знаками и сигналами. Сигналы светофора.
7	Безопасность на воде.	Правила и меры безопасного поведения на водоёмах в зимний, весенний периоды. Основные спасательные средства.
8	Безопасность на льду.	Предосторожности при движении на льду, катании на лыжах и коньках.
9	Безопасность при общении с животными.	Меры безопасности при общении и уходе за домашними животными.
10	Оказание первой медицинской помощи при ушибах и ссадинах, ожогах	Знакомство с основными правилами оказания первой помощи при порезах, ушибах и ссадинах, ожогах.
11	Безопасность на природе.	Какая опасность нас подстерегает в лесу: гроза, пожар.

4. Тематическое планирование.

ОБЖ. 3 класс.

1 час в неделю, 34 часа в год.

№ п\п	Тема предмета	Кол-во часов	Программное содержание	Дифференциация видов деятельности
Безопасность.				
1	Что такое безопасность и где нас подстерегает опасность.	1	<p>Знакомство с понятиями «опасность», «безопасность».</p> <p>Повторение правил безопасного поведения: предвидеть опасность, находить опасные предметы.</p> <p>Чрезвычайные ситуации. Какими бывают чрезвычайные ситуации.</p>	<p>Повторяют, что такое безопасность и где нас подстерегает опасность.</p> <p>Повторяют правила безопасного поведения: предвидеть опасность, находить опасные предметы.</p>
Безопасность в доме.				
2	Опасности дома (острые, колющие, режущие предметы).	1	<p>Знакомство с опасностями, которые могут подстерегать дома.</p> <p>Формирование навыка видеть опасности со стороны самых обычных вещей.</p> <p>Соблюдение осторожности при обращении с ними.</p>	<p>Запоминают, какие опасности нас подстерегают в помещении (острые, колющие, режущие предметы).</p> <p>Набирают по телефону номера: 01,02,03, 04.</p>
3	Опасности дома (электроприборы, водопровод, лекарства, химикаты, газ).	1	<p>Знакомство с опасностями, которые могут подстерегать дома.</p> <p>Формирование навыка видеть опасности со стороны самых обычных вещей.</p> <p>Соблюдение осторожности при обращении с ними</p>	<p>Повторяют, какие опасности нас подстерегают в помещении (электроприборы, водопровод, лекарства, химикаты, газ).</p> <p>Набирают по телефону номера: 01,02,03, 04.</p>
4	Какие опасности нас подстерегают в помещении (перила, балкон, лифт).	1	<p>Знакомство с опасностями, которые могут подстерегать дома.</p> <p>Формирование навыка видеть опасности со стороны самых обычных вещей.</p> <p>Соблюдение осторожности при обращении с ними</p>	<p>Запоминают, какие опасности нас подстерегают в помещении (перила, балкон, лифт).</p> <p>Набирают по телефону номера: 01,02,03, 04.</p>

Личная безопасность в доме.

5	Звонок в дверь, звонок по телефону (умение пользоваться телефоном).	1	Отработка и повторение ситуации, в которых дети могут оказаться, оставшись дома одни. Отработка навыка набирать по телефону номера: 01,02,03, 04.	Запоминают, какие опасности нас подстерегают в помещении. Набирают по телефону номера: 01,02,03, 04.
----------	---	---	--	---

Личная безопасность на улице.

6	Будь осторожным с незнакомыми людьми на улице.	1	Знакомство с правилами безопасности на улице. Развитие умения предвидеть опасную ситуацию.	Повторяют возможные опасные ситуации на улице, личная безопасность.
7	Основные правила безопасности на улице.	1	Знакомство с правилами безопасности на улице. Развитие умения предвидеть опасную ситуацию.	Запоминают возможные опасные ситуации в доме и на улице, личная безопасность.

Пожарная безопасность.

8	Основные правила пожарной безопасности.	1	Разбор ситуации, в которых пожар произошел по вине детей. Повторение правил пожарной безопасности.	Разбирают возможные опасные ситуации при пожаре. Запоминают правила поведения при пожаре.
9	Как действовать при возникновении пожара в доме, в школе.	1	Повторение правил пожарной безопасности. Изучение правила действия при пожаре.	Разбирают возможные опасные ситуации при пожаре. Запоминают правила поведения при пожаре.

Оказание первой медицинской помощи при ушибах и ссадинах.

10	Ушибы. Основные правила оказания первой помощи при ушибах и ссадинах.	1	Знакомство с основными правилами оказания первой помощи при ушибах и ссадинах. Правила оказания первой медицинской помощи.	Разбирают, от чего зависит наше здоровье, травмы, порезы, ссадины и царапины. Учатся оказывать первую медицинскую помощь при ушибах и ссадинах.
-----------	---	---	--	--

Безопасность на дорогах.

11	Основные правила поведения обучающихся на дорогах и улицах.	1	Знакомство с правилами поведения на дорогах. Развитие умения предвидеть опасную ситуацию.	Разбирают возможные опасные ситуации при движении по дороге. Участвуют в диалоге.
-----------	---	---	--	--

12	Дорожные знаки.	1	Знакомство с дорожными знаками. Закрепление правила перехода улицы по дорожным знакам.	Запоминают дорожные знаки. Разбирают разрешающие и запрещающие дорожные знаки. Рисуют дорожные знаки.
<i>Безопасность на воде.</i>				
14	Правила безопасного поведения на водоёмах в зимней период.	1	Беседа «Правила и меры безопасного поведения на водоёмах в зимней период». Просмотр презентации. Формирование правила безопасного поведения у водоёмов в зимний период.	Слушают, чем опасны водоёмы зимой. Разбирают, какие меры предосторожности следует принять при движении по льду водоёмов.
15	Основные спасательные средства.	1	Знакомство с основными спасательными средствами. Повторение правил безопасного поведения у водоёмов. Беседа «Основные спасательные средства». Чтение стихотворений. Игра: «Нарисуй запрещающие знаки» по правилам поведения у воды.	Разбирают основные спасательные средства. Запоминают, какие меры предосторожности следует принять при движении по льду водоёмов;
<i>Безопасность на льду.</i>				
16	Безопасность при катании на лыжах и коньках.	1	Формирование правила безопасного поведения при движении на льду, катании на лыжах и коньках. Беседа «Правила и меры безопасного поведения при движении на льду, катании на лыжах и коньках». Игра: «Помоги другу».	Вспоминают правила катания на коньках и лыжах. Разбирают, чем опасны водоёмы зимой, какие меры предосторожности следует принять при движении по льду водоемов. Закрепляют правила безопасного поведения при движении на льду, пользование основными спасательными средствами.
<i>Безопасность при общении с животными.</i>				

17	Опасные животные и насекомые. Правила поведения при встрече с ними.	1	Беседа о мерах безопасности при встрече с опасными насекомыми и животными. Меры предосторожности. Знакомство с опасными животными, с правилами безопасного поведения в лесу, в поле.	Повторяют правила поведения при встрече с опасными насекомыми и животными.
18	Меры безопасности при общении и уходе за домашними животными.	1	Беседа о мерах безопасности при общении и уходе за домашними животными. Составление правил безопасного поведения при общении и уходе за домашними животными.	Повторяют правила поведения при встрече с опасными животными. Составляют памятку по безопасному поведению при общении и уходе за домашними животными.

Оказание первой медицинской помощи при порезах и ожогах.

19	От чего зависит наше здоровье?	1	Болезни, их причины и связь с образом жизни.	Знакомятся с причинами избыточного веса, что такое здоровое питание. Применяют полученные знания при выполнении самостоятельной работы.
20	Отравления. Причины, признаки отравлений. Первая помощь при отравлении.	1	Беседа о причинах и признаках отравлений. Знакомство с причинами отравлений, оказанием первой помощи при отравлениях	Знакомятся с причинами и признаками отравления. Разбирают, как оказывать первую помощь.
21	Порезы. Основные правила оказания первой помощи при порезах.	1	Беседа о правилах оказания первой помощи при порезах, ушибах и ссадинах. Повторение основных правил оказания первой помощи при порезах, ушибах и ссадинах. Составление алгоритмов принятия медицинской помощи при ушибах и порезах в игровой форме.	Знакомятся, от чего зависит наше здоровье, травмы, порезы, ссадины и царапины. Вспоминают основные правила оказания первой помощи при порезах, ушибах и ссадинах. Составляют алгоритм медицинской помощи при ушибах и порезах.
22	Ожоги. Основные правила оказания первой помощи при ожогах.	1	Беседа о причинах возникновения ожога. Знакомство с оказанием первой медицинской помощи при ожогах. Составление алгоритмов принятия медицинской помощи при ушибах и порезах в игровой форме.	Разбирают, как оказывать первую медицинскую помощь при ожогах. Составляют алгоритм медицинской помощи при ожогах.

Безопасность на воде.

23	Правила безопасного поведения на водоёмах в весенний период.	1	Беседа «Правила безопасного поведения на водоёмах в весенний период». Составление правил и мер безопасного поведения на водоёмах в весенний период.	Вспоминают основные спасательные средства. Слушают, какие меры предосторожности следует принять при движении по льду в весенний период. Разбирают, что такое наводнение, причины наводнений.
----	--	---	---	--

Безопасность на природе.

24	Какая опасность нас подстерегает в лесу.	1	Беседа. Презентация: «Лесные опасности». Развитие навыка предвидеть опасности в лесу. Знакомство с правилами безопасного поведения в лесу.	Вспоминают правила безопасного поведения в лесу. Знакомятся с ядовитыми растениями, грибами, ягодами.
----	--	---	--	--

25	Гроза.	1	Беседа о соблюдении правил безопасности при грозе. Презентация. Чтение рассказов о грозе. Знакомство с правилами безопасного поведения в грозу. Составление алгоритма действия при грозе.	Повторяют правила безопасного поведения в лесу. Разбирают правила поведения при грозе. Составляют алгоритм действий при грозе.
----	--------	---	---	--

26	Пожар.		Беседа о соблюдении правил пожарной безопасности. Презентация. Чтение рассказов о причинах пожара. Формирование у детей понятия «Пожарная безопасность», элементарных умений и навыков поведения при пожаре.	Вспоминают правила безопасного поведения при пожаре. Составляют алгоритм «Правила поведения в лесу при пожаре».
----	--------	--	--	--

Безопасность в доме.

27	Современное жилище. Чем оно опасно для человека.	1	Беседа «Правила безопасного поведения с (электроприборы, водопровод, лекарства, химикаты, газ)». Презентация. Развитие умения предвидеть опасности дома, ви-	Вспоминают и рассказывают, какие опасности нас подстерегают в помещении (электроприборы, водопровод, лекарства, химикаты, газ). Набирают по телефону номера: 01,02,03,04.
----	--	---	--	---

			деть опасности со стороны самых обычных вещей и соблюдать осторожность при обращении с ними.	
<i>Безопасность на дорогах.</i>				
28	Улица – не место для игр.	1	Беседа «Правила поведения учащихся на дорогах и улицах». Презентация. Повторение правил безопасного поведения на дорогах. Развитие умения предвидеть опасную ситуацию.	Повторяют возможные опасные ситуации при движении по дороге.
29	Обобщающий урок по безопасности на дороге. Викторина.	1	Викторина «Правила поведения учащихся на дорогах и улицах». Закрепление правил безопасного поведения на дорогах.	Вспоминают возможные опасные ситуации при движении по дороге. Выполняют викторину.
<i>Личная безопасность на улице.</i>				
30	«Если ты потерялся».	1	Беседа «Правила безопасного поведения на улице. Что делать, если ты потерялся». Знакомство с правила безопасности на улице. Составление алгоритма действий «Если ты потерялся».	Знакомятся с возможными опасными ситуациями на улице, личная безопасность. Участвуют в составлении алгоритма действий «Если ты заблудился».
31	«Осторожно! Незнакомец».	1	Беседа «Правила безопасного поведения с окружающими, с незнакомыми на улице». Игра «Мы играем - правила изучаем». Опасные ситуации: контакты с незнакомыми людьми на улице».	Повторяют правила безопасности на улице. Разбирают возможные опасные ситуации в доме и на улице, личная безопасность.
<i>Безопасность.</i>				
32	Прогулка весной и летом. «Береги и охраняй природу»	1	Беседа «Лесные пожары». Презентация «Охрана природы». Формирование правил безопасного поведения в лесу. Развитие умения предвидеть опасности в лесу.	Повторяют правила безопасного поведения в лесу при пожарах. Распознают ядовитые растения, грибы, ягоды.

33	Игра «Мы играем - правила изучаем».	1	<p>Игра по правилам дорожного движения.</p> <p>Отгадывание кроссвордов о правилах поведения на природе.</p> <p>Закрепление правил безопасного поведения на дорогах, при ЧС, в лесу.</p>	<p>Закрепляют правила безопасного поведения на дорогах, при Ч. С., в лесу.</p> <p>Повторяют правила поведения в лесу при пожаре и в грозу.</p>
34	Повторение.	1	<p>Правила безопасного поведения на дорогах, при Ч. С, в лесу и у водоёмов.</p> <p>Игра: «Да, нет».</p> <p>Закрепление правила безопасного поведения на дорогах, при ЧС, в лесу и у водоёмов.</p>	<p>Повторяют правила безопасного поведения на дорогах, при ЧС, в лесу и у водоёмов.</p>