

Рабочая программа АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА

Учебная дисциплина «Адаптивная физическая культура» является составной частью предметной области «Физическая культура и Основы безопасности жизнедеятельности». Адаптивная физическая культура (АФК) – это комплекс мер спортивно-оздоровительного характера, направленный на коррекцию нарушенных функций и формирование компенсации утраченных способностей, средство укрепления физического здоровья, повышения и совершенствования двигательных возможностей.

Полноценное развитие обучающихся с нарушениями слуха невозможно без адаптивного физического воспитания. Основной формой реализации адаптивного физического воспитания являются уроки АФК. Уроки АФК обеспечивают необходимый уровень физического развития и коррекцию отклонений в двигательной сфере.

В двигательной сфере проблемы со слухом оказывают влияние на протекание двигательного акта, что связано с нарушением функции вестибулярного аппарата, которое приводит к нарушениям статического и динамического равновесия и сказывается на координации движений.

Координаторные и статодинамические нарушения определяют своеобразие двигательной сферы обучающихся с нарушениями слуха:

- плохая координация и неуверенность при выполнении движений;
- статодинамические нарушения, проявляющиеся в трудности сохранения статического и динамического равновесия;
- недостаточная сформированность ориентировки в пространстве;
- медленный темп овладения двигательными навыками в сравнении со сверстниками без нарушений слуха;
- недостаточная скорость реакции и скорость выполнения двигательных действий;
- общие координаторные нарушения, проявляющиеся в недостатках мелкой моторики, несогласованности движений и др.;
- отставание скоростно-силовых, силовых качеств, выносливости и др.

Двигательный анализатор в совокупности с другими анализаторами может в некоторой степени возместить недостаточную функцию вестибулярного аппарата. Коррекционная направленность занятий АФК дает возможность в значительной степени компенсировать двигательные нарушения у обучающихся с нарушениями слуха, обеспечить удовлетворение их особых образовательных потребностей.

К особым образовательным потребностям обучающихся с нарушением слуха в части занятий адаптивной физической культурой и спортом относятся потребности:

- в проведении образовательно-коррекционной работы и комплексной реабилитации с использованием методов физической культуры и спорта;
- в строгой регламентации деятельности обучающихся, их физической активности – с учётом медицинских рекомендаций;
- в индивидуализации занятий физической культурой и спортом: с учётом состояния здоровья обучающегося, наличия/отсутствия у него дополнительных нарушений развития;
- в использовании специальных упражнений на развитие равновесия в связи с высокой вероятностью нарушения вестибулярной функции, а также на точность воспроизведения характера движений по темпу, ритмичности, напряженности, амплитуде и др. – для переноса этих навыков на мелкую моторику, в том числе на артикуляционные движения, что является базой для овладения произносительной стороной речи;
- в обеспечении возможности понимания и восприятия детьми на слухозрительной основе инструкций и речевого материала, связанного с организацией деятельности и тематикой занятий физической культурой и спортом, а также в обеспечении его использования в самостоятельной речи;

- в использовании разных форм словесной речи (устной, письменной, дактильной) для обеспечения полноты и точности восприятия информации и организации речевого взаимодействия в процессе занятий физкультурой и спортом;
- в использовании при необходимости невербальных средств коммуникации в целях реализации коммуникативных потребностей с учётом ситуации и задач общения, а также средств коммуникации, которыми владеют партнёры по общению и др.;
- в обеспечении использования звукоусиливающей аппаратуры индивидуального пользования (индивидуальные слуховые аппараты / кохлеарные импланты) и коллективного пользования (индукционные системы, микрофоны беспроводные, мощные звукоусиливающие колонки, переносной микшерный усилитель) в ходе занятий физической культурой и спортом (по возможности с учётом вида спорта);
- в обеспечении применения современных технических средств, облегчающих зрительное восприятие информации (мультимедиапроектор с экраном или настенный монитор с большим экраном), а также осуществляющих её визуализацию (электронное табло с программным обеспечением перевода звуковой информации в текстовую) в ходе проведения соревнований и на занятиях.

Цель учебной дисциплины заключается в обеспечении овладения обучающимися с нарушениями слуха необходимым (определяемым стандартом) уровнем подготовки в области физической культуры в единстве с компенсацией нарушения физического развития, формированием устойчивой потребности в физическом совершенствовании, целостном развитии физических и психических качеств личности для наиболее полноценной жизни в обществе.

Данная цель конкретизируется через *основные задачи* изучения учебного предмета:

- укрепление здоровья, повышение функциональных и адаптивных возможностей основных жизнеобеспечивающих систем организма, развитие физических качеств;
- формирование правильной осанки и рационального дыхания, умений организовывать самостоятельные занятия физической культурой с оздоровительной направленностью;
- повышение культуры движений, обогащение двигательного опыта упражнениями базовых видов спорта (гимнастика, лёгкая атлетика, спортивные игры), а также формирование умений использовать их в условиях учебной деятельности, организации активного отдыха и досуга;
- содействие освоению комплекса знаний о физической культуре, её истории и формах организации, связи с культурой здоровья; воспитание волевых, нравственных и этических качеств личности;
- профилактика возникновения вторичных отклонений в состоянии здоровья.

Специфические задачи (коррекционные, компенсаторные, профилактические):

- коррекция нарушений двигательных функций и опорно-двигательного аппарата (сколиозы, плоскостопия, нарушение осанки);
- коррекция и компенсация нарушений психомоторики;
- коррекция и развитие способности к пространственной ориентации;
- коррекция и развитие общей и мелкой моторики;
- коррекция и развитие способности к дифференцированию временных, силовых, пространственных параметров движения;
- коррекция и развитие способности к быстрому реагированию;
- коррекция и развитие способности к усвоению ритма движений;
- коррекция нарушений скоростно-силовых и силовых качеств.
- формирование двигательных навыков под воздействием регулирующей функции речи.

На уроках АФК помимо двигательного развития требуется уделять значительное внимание развитию словесной речи обучающихся с нарушениями слуха, освоению ими тематической и терминологической лексики дисциплины (наименования оборудования, видов деятельности и др.), которая должна войти в словарный запас обучающихся с нарушениями слуха за счёт восприятия инструкций учителя, ответных речевых реакций обучающихся по

поводу планируемых и выполненных действий, видов деятельности, возникающих трудностей, достигнутых результатов и др

Скорость обучения упражнениям зависит от формирования контроля над выполнением движений со стороны нескольких анализаторов. Требуются длительные тренировки для перехода контроля к исполняющему органу и регуляции с помощью кинестетических ощущений, что позволяет обучающимся с нарушениями слуха запомнить движение и в дальнейшем воспроизводить его с правильной техникой.

Также на уроках АФК важно использовать общеукрепляющие и специальные физические упражнения, элементы спортивной деятельности, подвижные игры, а также пальчиковую гимнастику с речевым сопровождением.

Учебный предмет АФК строится на основе комплекса подходов:

– *программно-целевой подход* предусматривает:

- единую систему планирования и своевременное внесение корректив в планирование образовательно-коррекционной работы,
- необходимость использования специальных методов, приёмов обучения, а также средств коррекционно-педагогического воздействия, ориентированных на удовлетворение особых образовательных потребностей обучающихся с нарушениями слуха,
- повышение компетентности участников образовательного процесса в вопросах физического развития, сохранения и укрепления здоровья,
- вариативность осуществления различных действий по реализации задач образовательно-коррекционной работы на уроках АФК;

– *параллельно-комплексный подход* предусматривает:

- комплексный подход в реализации образовательно-коррекционного процесса,
- использование материала основных разделов программ в сочетании со специальными комплексами силовой и координационной направленности,
- создание в образовательно-коррекционном процессе условий, обеспечивающих эмоционально комфортную атмосферу, способствующую личностному развитию, расширению социального опыта обучающихся, в т.ч. в части сохранения и укрепления здоровья;

– *поочерёдно-избирательный подход* предусматривает:

- реализацию принципа поочередности: при осуществлении образовательно-коррекционной работы уделяется активное внимание одному из разделов программы и происходит его чередование – в зависимости от освоения обучающимися данного материала,
- учёт закономерностей формирования двигательных навыков в онтогенезе,
- соблюдение принципов дидактики и управления при планировании и осуществлении процесса обучения двигательным действиям.

Реализация образовательно-коррекционной работы на уроках АФК осуществляется в соответствии с комплексом общедидактических и специальных *принципов*.

Принцип обеспечения доступности учебного материала достигается характером изложения программного материала, количеством вводимых понятий, оптимальным сочетанием теоретических сведений с заданиями практико-ориентированного характера, привлечением тренажёров, оборудования, необходимого для выполнения тех или иных упражнений.

Принцип систематичности в обучении реализуется при рациональном распределении и оптимальной подаче учебного материала. В соответствии с *принципом воспитывающего обучения* следует обеспечивать развитие у обучающихся с нарушениями слуха культуры безопасности жизнедеятельности, осознания личной ответственности не только за свою безопасность, но и окружающих людей, формировать ценностное отношение к жизни, здоровью человека. Одновременно с этим содержание курса и формы работы на уроках АФК должны содействовать расширению кругозора обучающихся с нарушениями слуха, совершенствованию у них навыков рациональной организации деятельности и др. Особое внимание на уроках АФК следует уделять развитию у обучающихся с нарушениями слуха

способности обеспечивать сохранность индивидуального слухового аппарата и / или речевого процессора (для кохлеарно имплантированных обучающихся), в частности, при выполнении физических упражнений, на занятиях спортом в свободное от образовательно-коррекционного процесса время¹; оберегать процессор кохлеарного импланта и / или слуховой аппарат от ударов, пыли, влаги. Не менее важно добиваться того, чтобы обучающиеся при выборе видов спорта руководствовались рекомендациями врача и на этом основании в повседневной жизненной практике осуществляли осознанный отказ от тех видов спорта, которые противопоказаны лицам с кохлеарными имплантами (например, отдельные контактные виды спорта).

Образовательно-коррекционный процесс на уроках АФК базируется также на ряде специальных принципов², обусловленных своеобразным характером первичного нарушения и его последствий при патологии слуха, положениями действующей сурдопедагогической системы обучения:

- использование потребности в общении;
- организация общения;
- связь с деятельностью: предметно-практической, игровой, познавательной и др.;
- организация речевой среды.

Так, развитие словесной речи обучающихся с нарушениями слуха становится возможным при условии регулярно организуемой на уроках ОБЖ практики речевого общения, за счёт развития навыков восприятия, понимания и продуцирования высказываний во взаимодействии с процессом познавательной деятельности и физического развития. В этой связи на уроках, реализуемых в рамках модуля «Теория и методика физической культуры и спорта», предусмотрены задания, требующие продуцирования высказываний, анализа предоставляемой информации, сообщений, формулировки выводов и др. Кроме того, предусматривается такая организация обучения, при которой работа над лексикой (раскрытие значений новых слов, уточнение или расширение значений уже известных лексических единиц) требует включения слова в контекст: в устную инструкцию, формулировку ответа на вопрос учителя/сверстника и др. Введение нового термина, новой лексической единицы проводится на основе объяснения учителя (в том числе с использованием дактилологии как вспомогательного средства обучения) с привлечением конкретных фактов, демонстрацией оборудования (при необходимости и наличии возможности – с предъявлением иллюстраций, видеофрагментов и др.) и сообщением слова-термина. В ходе образовательно-коррекционной работы требуется использование синонимических замен, перефразировка, в том числе на материале инструкций к упражнениям, отвечающим специфике уроков АФК. Предусматривается целенаправленная работа по развитию словесной речи (в устной и письменной формах), в том числе слухозрительного восприятия устной речи, речевого слуха, произносительной стороны речи (прежде всего, тематической и терминологической лексики учебной дисциплины и лексики по организации учебной деятельности)³.

Организация и содержание уроков АФК

Освоение программного материала по курсу АФК осуществляется в пролонгированные сроки с 5 до 9 классы включительно. Основной организационной формой обучения является урок АФК, в процессе которого предусматривается комплексное решение обучающихся, развивающих, воспитательных и коррекционных задач за счёт использования различных упражнений, видов деятельности, отвечающих предметной специфике данной учебной дисциплины. В зависимости от целей, задач и программного содержания уроки АФК подразделяются на три группы:

- уроки образовательной направленности (для формирования специальных знаний, обучения разнообразным двигательным умениям);

¹ См. также: Методические рекомендации по организации и проведению уроков АФК, с. 10.

- уроки коррекционно-развивающей направленности (для развития и коррекции физических качеств и координационных способностей, коррекции движений, коррекции сенсорных систем и физических функций с помощью физических упражнений);
- уроки оздоровительной направленности (для коррекции осанки, плоскостопия, профилактики соматических заболеваний, нарушений сенсорных систем, для укрепления сердечно-сосудистой и дыхательной систем);
- уроки спортивной направленности (для совершенствования физической, технической, тактической, психической, волевой, теоретической подготовки в определённом виде спорта);
- уроки рекреационной направленности (для организованного досуга, отдыха, игровой деятельности).

Разделение уроков по направленности носит условный характер. Фактически каждый урок содержит элементы обучения, развития, коррекции, компенсации и профилактики.

Основные требования к урокам АФК, реализуемым в образовательно-коррекционном процессе с обучающимися, имеющими нарушения слуха:

- применять упражнения от простого к сложному, с постепенным усложнением;
- использовать чередование упражнений по видам;
- обеспечивать разнообразие средств и методов проведения урока (фронтальный, групповой и круговой метод);
- рационально дозировать нагрузку, включая упражнения, соответствующие возможностям обучающихся с нарушениями слуха;
- добиваться адекватного понимания обучающимися содержания инструкций, в том числе за счёт использования показа и метода графической записи;
- обеспечивать овладение обучающимися спортивной терминологией и спортивными жестами;
- обеспечивать профилактику травматизма и страховку;
- для оценки успеваемости не применяются контрольно-измерительные материалы, предназначенные для обучающихся с нормальным психофизическим развитием. Оценка успеваемости осуществляется с учётом индивидуальных способностей, двигательных возможностей обучающихся с нарушениями слуха.

Урок АФК состоит из трех частей: подготовительная, основная и заключительная. Каждая часть имеет определённые особенности:

1. Подготовительная часть (длительность 10–15 минут) состоит из общеразвивающих и дыхательных упражнений, которые выполняются в медленном или среднем темпе. На первых этапах упражнения выполняются от четырех до шести раз, далее по шесть–восемь и раз, и потом по восемь – десять раз. В подготовительной части урока нагрузку нужно повышать постепенно и не рекомендуется давать много упражнений, которые ранее не были знакомы обучающимся с нарушениями слуха.

Упражнения, рекомендуемые для подготовительной части урока: построение, ходьба в различном темпе и направлениях, медленный бег, дыхательные упражнения, упражнения с набивными мячами и на гимнастической скамье.

2. Основная часть (длительность 15–20 мин.) отводится для решения основных задач урока. В неё необходимо включать новые для обучающихся с нарушениями слуха физические упражнения, ориентированные на развитие у них двигательных качеств. Наибольшая физическая нагрузка приходится на вторую половину основной части урока, поэтому первый этап основной части урока заполнен более лёгкими по технике выполнения и запоминанию физическими упражнениями. Важно включать в основную часть урока одно–два новых упражнения. Упражнения должны быть разнообразными, не однотипными, задействующими большое количество звеньев и мышечных цепей опорно-двигательного аппарата.

Занятия по направлениям: гимнастика, лёгкая атлетика, спортивные игры, лыжная подготовка, включаются в основную часть урока, можно использовать для освоения отдельных разделов и подготовительную часть урока.

3. Заключительная часть: (длительность 5–7 мин.) на этом этапе урока основной задачей является восстановление функционального состояния организма после физической нагрузки. В этой части урока АФК предусматривается использование упражнений на расслабление, дыхательных упражнений, стретчинг, организация медленной ходьбы.

Содержание программного материала осваивается обучающимися с нарушениями слуха через: учебный предмет «АФК», общественно полезный труд, физкультурную/спортивно-оздоровительную деятельность в пространстве образовательной организации, внеклассную и внешкольную работу, дополнительное образование и др.

Содержание курса АФК представлено в виде комплекса модулей, количество которых может быть дополнено образовательной организацией – с учётом интересов и способностей обучающихся, запросов их родителей (законных представителей), а также возможностей образовательной организации (в т.ч. с учётом особенностей региона, на территории которого расположена образовательная организация).

В число модулей, представляющие собой содержательно и организационно завершённые направления образовательно-коррекционной работы на уроках АФК, входят следующие:

- модуль «Теория и методика физической культуры и спорта»;
- модуль «Гимнастика»;
- модуль «Лёгкая атлетика»;
- модуль «Подвижные и спортивные игры»;

При отсутствии объективной возможности реализации модулей «Лыжная подготовка» и «Плавание» предусматривается включение в содержание образования иных (вариативных) модулей либо увеличение количества учебных часов на освоение программного материала по другим модулям.

Основное содержание модуля «Теория и методика физической культуры и спорта»

Данный модуль включает сведения об истории физической культуры и спорта, их месте и роли в современном обществе, значении для всестороннего развития человека, укрепления здоровья и подготовки к трудовой деятельности.

Специфической особенностью содержания учебного материала для обучающихся с нарушением слуха является включение тематики, касающейся адаптивного спорта, паралимпийского движения, видов адаптивного спорта для лиц с нарушением слуха (волейбол, настольный теннис, и др.). К этапу завершения обучения на уровне ООО обучающиеся с нарушениями слуха должны уметь характеризовать роль и особенности проведения Паралимпийских игр, включая Сурдлимпийские игры; достижения отечественных и зарубежных спортсменов с нарушением слуха; назначение и функции Международного комитета спорта глухих (CISS), а также Сурдлимпийского комитета РФ как полноправного члена CISS и EDSO.

Техника безопасности при занятиях АФК и адаптивным спортом.

Основное содержание модуля «Гимнастика»

В программу занятий по гимнастике включаются:

- строевые упражнения. Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте;
- общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами, развитие координационных, силовых способностей, гибкости и правильной осанки;
- общеразвивающие упражнения с повышенной амплитудой для плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов и позвоночника;
- общеразвивающие упражнения в парах;
- упражнения с использованием гимнастических снарядов и инвентаря (перекладина, брус, бревно, гантели, набивные мячи и т.п.);

- прыжки со скакалкой;
- лазанье по гимнастической лестнице. Подтягивания. Упражнения в висах и упорах;
- равновесие. Упражнения с гимнастической скамейкой.

Основное содержание модуля «Лёгкая атлетика»

В программу занятий по лёгкой атлетике включаются:

- техника бега: высокий старт, стартовый разгон, бег на дистанции 30, 60 и 100 м, челночный бег 3х10 м;
- техника длительного бега: на 1000 и 2000 м.;
- техника прыжка в длину: прыжки в длину с места и с разбега способом «согнув ноги»;
- техника прыжка в высоту: прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание»;
- техника метания малого мяча: метание мяча с места в цель и на дальность;
- кросс до 10 мин, минутный бег, эстафеты, круговая тренировка (на развитие выносливости:);
- прыжки и многоскоки, метания в цель и на дальность (на развитие скоростно-силовых способностей);
- эстафеты, бег с ускорением, с максимальной скоростью (на развитие скоростных и координационных способностей).

Основное содержание модуля «Подвижные и спортивные игры»

В программу занятий включаются:

- подводящие упражнения коррекционно-развивающей направленности;
- подвижные игры с различными предметами;
- технико-тактические действия и приемы игры;
- техника игры в баскетбол (перемещение без мяча и с мячом, технические приемы и тактические действия, передача, ведение мяча, броски в кольцо);
- техника игры в волейбол (перемещение без мяча и с мячом, технические приемы и тактические действия, передача мяча через сетку, нижняя прямая подача, приём мяча после подач);
- игры с элементами футбола, баскетбола, волейбола и т.п.

Распределение программного материала по дисциплине АФК по таким отрезкам учебного времени, как учебный год и учебная четверть, учитель осуществляет самостоятельно – с учётом степени сложности видов деятельности, а также состояния здоровья обучающихся, включая их особенности, обусловленные нарушением слуха.

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Учебная дисциплина «Основы безопасности жизнедеятельности» (далее – ОБЖ) является составной частью предметной области «Физическая культура и Основы безопасности жизнедеятельности».

Данный учебный курс базируется на синтезе научного (теоретического) знания и практики защиты человека от представляющих опасность ситуаций, возникающих в различных сферах жизнедеятельности людей. Это, прежде всего, ситуации социального, техногенного, природного характера.

Данный курс играет важную роль в социально-личностном развитии обучающихся с нарушениями слуха, содействуя овладению ими знаниями и умениями прогнозирования опасных ситуаций, способностью использовать возможные способы защиты от них, а также воспитанию ответственного отношения к собственной безопасности и безопасности окружающих людей. Кроме того, данная учебная дисциплина содействует формированию у обучающихся эмоционально положительного отношения к миру природы, правового, в том числе антиэкстремистского и антитеррористического мышления, воспитанию

духовности, активности, патриотизма, чувства ответственности перед обществом, способности к созиданию. В рамках курса ОБЖ обучающиеся с нарушенным слухом овладевают практико-ориентированными знаниями, что важно для развития экологической и финансовой грамотности.

Весомой является коррекционная составляющая курса ОБЖ, его ориентация на обеспечение компенсирующего пути развития обучающихся с нарушениями слуха. Так, в связи с необходимостью освоения широкого спектра научных понятий и представлений, анализа поступков, действий людей в различных ситуациях обучающиеся поставлены перед необходимостью рассуждать, пользоваться разнообразными источниками получения информации, устанавливать причинно-следственные связи, делать выводы, что стимулирует развитие речевой и мыслительной деятельности, содействует обогащению социального опыта.

Цель учебной дисциплины заключается в обеспечении овладения обучающимися необходимым (определяемым стандартом) уровнем подготовки в области основ безопасности жизнедеятельности в единстве с социальным, культурным, личностным и речевым развитием.

Данная цель конкретизируется через *основные задачи* изучения учебного предмета:

- содействие овладению правилами и моделями безопасного поведения в ЧС, имеющих природный, техногенный, социальный характер;
- содействие овладению знаниями о разумном и ЗОЖ;
- воспитание потребности укреплять, сохранять, защищать своё здоровье, воспринимая это как личную и общественную ценность;
- развитие способности признавать достижения гражданского общества, в т.ч. правовое государство, права и свободы человека и гражданина, семейные ценности и др.;
- формирование правового мышления, антиэкстремистского и антитеррористического поведения; воспитание нетерпимости к намерениям и действиям, которые представляют угрозу для здоровья и жизни людей, к асоциальному поведению;
- воспитание отрицательного отношения к употреблению психоактивных веществ, включая наркотики, табак, алкоголь;
- развитие способности осуществлять прогноз возникновения потенциально опасных ситуаций и умений адекватно действовать при их наступлении, готовности к оказанию первой помощи, применению средств индивидуальной и коллективной защиты.

Освоение учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» осуществляется в течение двух лет: в 8 и 9 классах. Содержание курса представлено тремя укрупнёнными тематическими разделами:

- «Основы безопасности личности, общества, государства»;
- «Основы медицинских знаний. Первая помощь»;
- «Основы здорового образа жизни».

Реализация названных разделов осуществляется в течение каждого года обучения.

В 9 классе в раздел «Основы безопасности личности, общества, государства» включена специальная тема «Защита прав и интересов лиц с нарушениями слуха», что обусловлено характером первичного нарушения обучающихся, их особыми образовательными потребностями. В рамках данной темы рассматриваются и подвергаются анализу нормативные правовые акты в отношении лиц с ОВЗ и инвалидностью. Кроме того, обсуждаются вопросы, касающиеся безопасного поведения людей с нарушением слуха в стандартных и нетипичных ситуациях, способы обращения за помощью, востребование в случае необходимости услуг сурдопереводчика.

Программа учебной дисциплины ОБЖ включает примерную тематическую и терминологическую лексику, которая должна войти в словарный запас обучающихся с нарушением слуха за счёт целенаправленной отработки, прежде всего, за счёт включения в структуру словосочетаний, предложений, текстов, в т.ч. в связи с формулировкой выводов, оформлением логических суждений, приведением доказательств и т.п.

Учебный предмет ОБЖ строится на основе комплекса подходов:

- *дифференцированный подход* предусматривает предоставление каждому обучающемуся возможности работать в индивидуальном, приемлемом для него темпе, что обеспечивает чувство психологического комфорта, способствует повышению интереса к учебной деятельности, содействует формированию положительной мотивации учения;
- *деятельностный подход* предполагает реализацию различных видов и способов работы для эффективного усвоения программного материала. Работа по тематическим разделам данного учебного курса предполагает активную предметную деятельность обучающихся в сочетании с речевой деятельностью для решения общеразвивающих и коррекционных задач. За счёт выполнения практико-ориентированных заданий по каждому тематическому разделу, стимуляции вербальной коммуникации создаются оптимальные условия для понимания и использования как лексики разговорного характера, так и научной терминологии. Реализация познавательного аспекта деятельности предполагает формирование у обучающихся интеллектуальных способов действия – анализировать, сравнивать, классифицировать и систематизировать, аргументировать, словесно формулировать выводы. Также в соответствии с деятельностным подходом требуется организация выполнения обучающимися практических задач, связанных с выбором приемлемого способа поведения в той или иной ситуации;
- *гуманитарный подход* к обучению выражается в развитии у обучающихся с нарушениями слуха способности осуществлять преобразовательную деятельность, действовать разумно и конструктивно. В соответствии с указанным подходом центре внимания учебной дисциплины ОБЖ находится человек, предстающий как самоцель развития общества. В этой связи особое внимание уделяется темам, которые связаны с экологической проблематикой, с вопросами взаимодействия общества и природы, ответственности человека за личную жизнь и здоровье, а также окружающих его людей;
- *ценностный подход* к обучению предполагает, что обучающиеся обретают представления о приоритетах государства и российского общества в рамках единой гуманистической системы ценностей. У обучающихся формируется культура безопасности, развиваются оценочные умения, необходимые для корректного отстаивания собственной позиции с привлечением системы аргументов.

Реализация образовательно-коррекционной работы на уроках ОБЖ осуществляется в соответствии с комплексом общедидактических и специальных *принципов*.

Принцип обеспечения доступности учебного материала достигается характером изложения научных знаний, количеством вводимых понятий, оптимальным сочетанием теоретических сведений с заданиями практико-ориентированного характера, привлечением средств наглядности, динамических моделей, тренажёров, учебных муляжей и пр. *Принцип систематичности* в обучении реализуется при рациональном распределении и оптимальной подаче учебного материала. В частности, на каждом году обучения предусмотрено освоение обучающимися программного материала по всем (трём) тематическим разделам курса ОБЖ. В соответствии с *принципом воспитывающего обучения* следует обеспечивать развитие у обучающихся с нарушением слуха культуры безопасности жизнедеятельности, осознания личной ответственности не только за свою безопасность, но и окружающих людей, формировать ценностное отношение к жизни, здоровью человека. Одновременно с этим содержание курса и формы работы на уроках ОБЖ должны содействовать расширению кругозора обучающихся, совершенствованию у них навыков рациональной организации деятельности и др.

Образовательно-коррекционный процесс на уроках ОБЖ базируется также на ряде специальных принципов⁴, обусловленных своеобразным характером первичного нарушения и его последствий при патологии слуха:

⁴ См. приложение 1.

– *принцип создания условий для формирования у обучающихся языковых обобщений.* Формирование языковых обобщений (на программном материале дисциплины, базовых понятий курса ОБЖ) становится возможным при условии регулярно организуемой на уроках практики речевого общения, за счёт развития навыков восприятия, понимания и продуцирования высказываний во взаимодействии с процессом познавательной деятельности. В этой связи на уроках предусмотрены задания, требующие формулировки выводов на основе оценки деятельности человека в тех или иных ситуациях и др.;

– *принцип коммуникативной направленности* в обучении предусматривает создание на уроках ОБЖ ситуаций, побуждающих обучающихся к речевому общению. Данный принцип предполагает такую организацию обучения, при которой работа над лексикой, в том числе научной терминологией курса (раскрытие значений новых слов, уточнение или расширение значений уже известных лексических единиц) требует включения слова в контекст. Введение нового термина, новой лексической единицы проводится на основе объяснения учителя (в том числе с использованием дактилологии как вспомогательного средства обучения) с привлечением конкретных фактов, иллюстраций, видеофрагментов и сообщением слова-термина. Каждое новое слово включается в контекст закрепляется в речевой практике обучающихся. На уроках ОБЖ предусматривается использование синонимических замен, перефразировка, анализ определений. В частности, использование синонимов обеспечивает семантизацию осваиваемых терминов;

– *принцип совершенствования словесной речи параллельно с развитием других психических процессов.* На каждом уроке ОБЖ предусматривается целенаправленная работа по развитию словесной речи (в устной и письменной формах), в том числе слухозрительного восприятия устной речи, речевого слуха, произносительной стороны речи (прежде всего, тематической и терминологической лексики учебной дисциплины и лексики по организации учебной деятельности)⁵. В процессе уроков ОБЖ требуется одновременно с развитием словесной речи обеспечивать развитие у обучающихся других психических процессов. Предусматривается руководство вниманием обучающихся через постановку и анализ учебных задач, а также сосредоточение и поддержание внимания за счёт привлечения средств наглядности, видеоматериалов, динамических моделей, доступных по структуре и содержанию словесных инструкций. Развитие памяти обеспечивается посредством заполнения таблиц, составления схем, анализа содержания учебных плакатов, представляющих в виде опор для оформления развёрнутых ответов. Развитие мышления и его операций обеспечивается посредством установления и последующего устного и/или графического оформления причинно-следственных связей; за счёт выделения существенных признаков в изучаемых объектах, анализируемых явлениях и др. Акцент в образовательно-коррекционной работе следует делать на развитии у обучающихся словесно-логического мышления, без чего невозможно полноценно рассуждать, формулировать выводы. В данной связи программный материал должен излагаться учителем ясно, последовательно, с включением системы аргументов и полным охватом темы.

Распределение программного материала по ОБЖ осуществляется по учебным годам. Распределение материала является примерным, в связи с чем допускается внесение корректив, что должно быть отражено в локальном акте образовательной организации. Распределение материала по учебным четвертям учитель осуществляет самостоятельно – с учётом степени сложности программных тем, а также особенностей, познавательных и речевых возможностей обучающихся, обусловленных нарушением слуха.

8 КЛАСС

(4-й год обучения на уровне ООО)

Введение

Введение в курс «Основы безопасности жизнедеятельности»

Стартовая контрольная работа (входное оценивание)

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА, ГОСУДАРСТВА

Производственные аварии и катастрофы

Чрезвычайные ситуации (ЧС) техногенного характера (ТХ), их классификация

Причины ЧС ТХ, защита от них

Взрывы и пожары

Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах

Общие сведения о взрыве и пожаре, классификация пожаров

Причины пожаров и взрывов, их последствия

Опасные факторы пожаров и поражающие факторы взрывов

Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах. Паника при пожарах

Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ

Виды аварий на химически опасных (ХО) объектах

Аварийно ХО вещества, их поражающее действие на организм человека

Причины и последствия аварий на ХО объектах

Защита населения от аварийно ХО веществ

Правила безопасного поведения при авариях с выбросом аварийно ХО веществ

Аварии с выбросом радиоактивных веществ

Радиация

Аварии на радиационно опасных объектах

Последствия радиационных аварий

Защита от радиационных аварий

Контрольная работа за 1 учебное полугодие

Гидродинамические аварии

Аварии на гидродинамически опасных объектах, их причины и последствия

Защита от гидродинамических аварий

Чрезвычайные ситуации на транспорте

Автомобильные аварии и катастрофы

Безопасное поведение на дорогах велосипедистов и водителей мопедов

Чрезвычайные ситуации экологического характера

Состояние природной среды и жизнедеятельность человека

Изменение состава атмосферы (воздушной среды)

Изменение состояния гидросферы (водной среды)

Изменение состояния суши (почвы)

Нормативы предельно допустимых воздействий на природу

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

Первая помощь при массовых поражениях

Первая помощь при поражении аварийно ХО веществами

Первая помощь при бытовых отравлениях

ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Физическая культура и закаливание

Семья в современном обществе

Обобщающее повторение и контроль

Повторение изученного в 8 классе

Контрольная работа за учебный год

Примерные виды деятельности обучающихся:

- комментирование положений законов и подзаконных актов, касающихся обеспечения безопасности государства, общества, личности;
- характеристика современных общественных явлений, действий с т.ч. их законности, безопасности для государства, общества, личности
- составление алгоритма безопасного поведения в различных ситуациях, в т.ч. чрезвычайных;

- анализ потенциально опасных жизненных ситуаций;
- драматизация социально-бытовых ситуаций для демонстрации адекватных моделей поведения человека, обеспечивающих безопасность жизнедеятельности;
- имитирование действий, осуществляемых в целях оказания первой помощи;
- организация учебного взаимодействия в группе сверстников: определение общей цели, распределение ролей, обсуждение изучаемого материала, совместное оформление выводов на основе результатов реализованной коллективной деятельности;
- осуществление поиска и выделение необходимой информации – самостоятельно или с помощью (учителя / одноклассников);
- оформление своих мыслей, результатов деятельности в устной и / или письменной форме
- в соответствии с учебными и жизненными ситуациями.

Примерная тематическая и терминологическая лексика

Примерные слова и словосочетания

Аварийная ситуация, авария, атомная электростанция, биосфера, взрывоопасное вещество, влагооборот, водозабор, генетические последствия, гидродинамическая авария, гидроизоляция, гидроузел, дегазирующие растворы, деградация, дозиметры, дозиметрический контроль, жизнеобеспечение населения в чрезвычайных ситуациях, зона бедствия, зона заражения, зона затопления, зона катастрофического затопления, зона пожаров, зона радиоактивного загрязнения, зона химического заражения, ингаляция, источник техногенной ЧС, канцерогенные вещества, кома, конъюнктивит, легковоспламеняющееся вещество, локализация пожара, лучевая болезнь, метаболические яды, мутагенные вещества, обеспечение пожарной безопасности, облучение организма, огнезащита, огнетушащее вещество, ожог, опасный фактор пожара, первая медицинская помощь, пестициды, план эвакуации при пожаре, плотина, пожарная безопасность, пожарная охрана, пожарная профилактика, пожаровзрывоопасный объект, полимеры, поражённый в ЧС, пострадавший в ЧС, потенциально опасный объект, промышленная авария, промышленная катастрофа, противогаз, радиационная авария, радиационно опасный объект, радиационное загрязнение, радиационный контроль, радиометрический контроль, рентген, сигнал оповещения о ЧС, средство индивидуальной защиты (СИЗ), техногенная ЧС, травма, утилизация, химическая авария, химическая опасность, химически опасный объект, химическое заражение, эвакуация людей при пожаре, эвакуация населения, ядерный реактор (атомный реактор).

Примерные фразы

Гидроузлом называют группу гидротехнических сооружений, которые объединяются совместной работой и расположением.

Зона бедствия – это часть зоны чрезвычайной ситуации.

Зона заражения опасна не только для человека, но для растений и животных.

В зоне катастрофического затопления произошла гибель людей и сельскохозяйственных животных.

В зоне катастрофического затопления нанесён ущерб окружающей природной среде.

Ингаляция – это лечение вдыханием лекарственных веществ с помощью специальных приборов.

Мутагенные вещества – это химические вещества, которые вызывают мутации, то есть наследственные изменения.

Обеспечение пожарной безопасности – это соблюдение правил и требований пожарной безопасности и проведение противопожарных мероприятий.

Пестициды необходимы для борьбы с сорняками, вредителями и болезнями сельскохозяйственных растений, зерна, кустарников, деревьев.

Эвакуация людей при пожаре – это организованный процесс удаления людей из зоны, где есть возможность воздействия на них опасных факторов пожара.

Примерные выводы

Аварийная ситуация – это неблагоприятная обстановка. Она возникает в связи с угрозой для безопасности жизнедеятельности человека. Аварийная ситуация приводит к нарушению нормальной работы объектов из-за их повреждения и отклонения от заданного ритма.

Авария – это опасное техногенное происшествие. Авария создаёт на определённой территории, на объекте угрозу для жизнедеятельности человека. Авария приводит к разрушению сооружений, транспорта, оборудования, наносит ущерб окружающей среде, нарушает производственный и транспортный процессы.

Жизнеобеспечение населения в чрезвычайных ситуациях – это комплекс мер. К ним относятся социальные, экономические, организационные, инженерно-технические меры. Такие меры нужны для создания и поддержки минимальных условий, чтобы сохранить жизни людей, их здоровье и работоспособность во время эвакуации, при укрытии в средствах коллективной защиты, в процессе проведения в зоне чрезвычайной ситуации аварийно-спасательных или других работ.

9 КЛАСС

(5-й год обучения на уровне ООО)

Повторение и введение

Повторение изученного в 8 классе. *Стартовая контрольная работа* (входное оценивание).

Введение

ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА, ГОСУДАРСТВА

Современный комплекс проблем безопасности

Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства

Угрозы национальной безопасности РФ. Международный терроризм

Террористическая и экстремистская деятельность

Наркотизм и национальная безопасность (НБ)

Гражданская оборона как составная часть системы НБ

Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)

Цель, задачи, структура РСЧС

Режимы функционирования, силы и средства РСЧС

Международное гуманитарное право

Международное гуманитарное право. Сфера применения и ответственность за нарушение норм

Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала; защита военнопленных и гражданского населения

Безопасное поведение в криминогенных ситуациях

Защита от мошенников

Безопасное поведение девушек

Психологические основы самозащиты

Основы финансовой безопасности

Своевременная уплата налогов как долг гражданина

Финансовое мошенничество и защита от него. Основы безопасности при пользовании услугами банков

Страхование как защита от рисков в финансовой сфере

Контрольная работа за 1 учебное полугодие

Защита прав и интересов лиц с нарушениями слуха

Нормативные правовые акты в отношении лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью

Безопасное поведение людей с нарушением слуха в стандартных и нетипичных ситуациях.

Обращение за помощью, востребование услуг сурдопереводчика

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

Профилактика травм в подростковом возрасте

Причины травматизма и пути его предотвращения

Безопасное поведение дома и на улице, в школе, на занятиях физкультурой и спортом

Основы медицинских знаний

Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика

Травмы головы, позвоночника и спины

Экстренная реанимационная помощь

Основные неинфекционные заболевания

ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Здоровье и здоровый образ жизни (ЗОЖ)

Здоровье человека и ЗОЖ

Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье

Личная гигиена. Гигиена кожи, одежды, питания, воды, жилища и индивидуального строительства

Физиологические и психологические особенности организма подростка

Физиологическое и психологическое развитие подростков

Вопросы нравственности во взаимоотношениях полов

Конфликты и правила поведения в конфликтных ситуациях

Суицидальное поведение в подростковом возрасте

Факторы, разрушающие здоровье человека

Курение табака, употребление алкоголя, наркомания и токсикомания, их влияние на здоровье

Повторение

Повторение и обобщение изученного. *Контрольная работа за учебный год*

Примерные виды деятельности обучающихся:

– комментирование положений законов и подзаконных актов, касающихся обеспечения безопасности государства, общества, личности, включая нормативные акты в отношении лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидностью, в т.ч. с нарушениями слуха;

– характеристика современных общественных явлений, действий с т.ч. их законности, безопасности для государства, общества, личности

– составление алгоритма безопасного поведения в различных ситуациях, в т.ч. чрезвычайных;

– анализ потенциально опасных жизненных ситуаций;

– драматизация социально-бытовых ситуаций для демонстрации адекватных моделей поведения человека, обеспечивающих безопасность жизнедеятельности;

– имитирование действий, осуществляемых в целях оказания первой помощи;

– организация учебного взаимодействия в группе сверстников: определение общей цели, распределение ролей, обсуждение изучаемого материала, совместное оформление выводов на основе результатов реализованной коллективной деятельности;

– осуществление поиска и выделение необходимой информации – самостоятельно или с помощью (учителя / одноклассников);

– оформление своих мыслей, результатов деятельности в устной и / или письменной форме

– в соответствии с учебными и жизненными ситуациями.

Примерная тематическая и терминологическая лексика

Примерные слова и словосочетания

Агрессия, адсорбент, аллергия, аргумент, военнопленные, геноцид, движение Красного Креста и Красного Полумесяца, дискуссия, клиническая смерть, конвенция, Международное гуманитарное право, Международный комитет Красного Креста, миграция, никотин, оккупация, перемирие, реактив, реанимация, репатриация, спазм, токсичное вещество, фактор риска, фенол, эмблема.

Примерные фразы

Дискуссия – это публичное обсуждение спорной проблемы, вопроса.

Оккупация – это временное занятие вооружёнными силами территории противника.

Реанимация – это восстановление резко нарушенных или утраченных жизненно важных функций организма.

Спазм – это судорожное сокращение мышц конечностей или некоторых органов.

Фенол – это токсичное вещество, которое при попадании на кожу вызывает ожоги.

Если можно разрешить конфликт мирно, то нужно использовать эту возможность, стараться добиться взаимопонимания.

Быстрая реакция на агрессию даёт человеку преимущества.

Я расскажу о том, с какой целью создана РСЧР.

На уроке мы узнали об основных задачах РСЧР.

Война приводит к страданиям и тяжёлым потерям.

Международное гуманитарное право различает две категории вооружённых конфликтов: международные и немеждународные.

Воюющие стороны могут заключать соглашения о перемирии или о прекращении огня.

Военнопленные имеют право на гуманное обращение, уважение их чести и личности.

Военнопленным разрешена переписка с родственниками.

Примерные выводы

Международный комитет красного креста – это независимая гуманитарная организация.

При вооружённых конфликтах и беспорядках она выступает как нейтральный посредник.

Международный комитет красного креста направляет свои силы на то, чтобы защитить жертв международных и немеждународных конфликтов, оказать им помощь.

Мы сделали вывод о том, что самоуверенность – это стиль поведения. Он помогает человеку ясно выражать свои желания и чувства. Уверенный человек знает, чего он хочет и не желает.

Международное гуманитарное право – это нормы, которые основаны на принципах гуманности. Они направлены на ограничение средств и методов ведения войны и на защиту жертв вооружённых конфликтов.

Во второй половине 19 века во многих странах мира возникли общества по оказанию помощи раненым и больным воинам. В дальнейшем эти организации объединились в Международное движение Красного Креста и Красного Полумесяца.

Военнопленные находятся во власти неприятельского государства, а не отдельных лиц или воинских частей. Государство несёт ответственность за выполнение своих международных обязательств. Содержание в плену не относится к формам наказания. Военнопленный не преступник, он неприятель, который не может возобновить своё участие в военных действиях.