

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ЛГ МАОУ "СОШ № 3 "**

РАССМОТРЕНО

Руководителем ШМО

\_\_\_\_\_ И.Р. Базановым

Протокол ШМО № 1  
от 31.08.2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Председателем  
педагогического совета

С.Н. Кононовой  
Протокол ПС № 1  
от 31.08.2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директором

С.Н. Кононовой  
Приказ № 1  
от 31.08.2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

для обучающихся 7абвг классов (ЗПР)

Педагог: Базанов Илья Романович

**город Лангепас 2023**

### Пояснительная записка

Настоящая программа составлена на основе требований к результатам освоения адаптированной образовательной программы основного общего образования, в соответствии с учебным планом и программой «Основы безопасности жизнедеятельности»: 5-9 классы: рабочая программа / Н.Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов, А.Б. Таранин. – М. : Вентана- Граф, 2017. – 67, [2] с.

В рабочей программе учтены идеи и положения концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, Программы развития и формирования универсальных учебных действий, которые обеспечивают формирование российской гражданской идентичности, овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу для саморазвития и непрерывного образования, целостность общекультурного, личностного и познавательного развития учащихся, коммуникативных качеств личности.

Основное общее образование – второй уровень общего образования. Одной из важнейших задач этого этапа является подготовка учащихся к осознанному и ответственному выбору жизненного и профессионального пути. Учащиеся должны научиться самостоятельно ставить цели и определять пути их достижения, использовать приобретенный в школе опыт деятельности в реальной жизни, в том числе и за рамками учебного процесса.

В классах обучаются 8 учеников с особенностями развития (ЗПР), которые осваивают адаптированную образовательную программу. Общими для всех обучающихся с ЗПР являются трудности произвольной саморегуляции, замедленный темп и неравномерное качество становления высших психических функций, мотивационных и когнитивных составляющих познавательной деятельности. Для значительной части обучающихся с ЗПР типичен дефицит не только познавательных, но и социально-перцептивных и коммуникативных способностей.

Педагогом на занятиях осуществляется учет индивидуальных, возрастных и психофизиологических особенностей, обучающихся с ОВЗ (ЗПР) при построении образовательного процесса и определении образовательно-воспитательных целей и путей их достижения. Осуществляется дифференцированный подход к отбору заданий для занятий с учетом особых образовательных потребностей и возможностей ребенка. Особенности развития учеников с ЗПР: сохраняется неустойчивость внимания, снижение объема, переключаемости и концентрации, трудности переключения с одного вида деятельности на другой. Отличительными особенностями внимания обучающихся с ЗПР являются повышенная истощаемость и пресыщенность, выраженная зависимость от внешних посторонних воздействия, сниженная помехоустойчивость, сложность удержания при необходимости выполнения длинного ряда операций. Школьники не могут дифференцировать раздражители по степени важности, сосредотачиваться на существенных признаках, быстро отвлекаются. Смысловые приемы запоминания долго не формируются, школьники с ЗПР чаще используют механическое заучивание, но по причине слабости следов памяти и снижения объема непрочно запоминают материал. Работоспособность школьников с ЗПР неравномерна и зависит от характера выполняемых заданий. Они не могут долго сосредотачиваться при интенсивной интеллектуальной нагрузке, у них быстро наступает утомление, пресыщение деятельностью.

С учетом особенностей развития осуществляется подбор заданий с посильным уровнем сложности, отводится достаточно времени на выполнение задания, осуществляется индивидуальная работа как в классе, так и индивидуальные консультации. Применяются следующие виды учебной деятельности: (Слушание объяснения учителя, работа с литературой, просмотр учебных фильмов, анализ проблемной ситуации, работа с раздаточным материалом, выполнение практических работ).

Тематическое планирование по учебным предметам адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования обучающихся с ЗПР совпадает с соответствующим разделом примерной основной образовательной программы основного общего образования и рабочими программами тех УМК, по которым ведется обучение в образовательной организации.

**Целью курса ОБЖ** формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих.

**Основными задачами курса ОБЖ** являются следующие:

- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и дорогах;
- воспитание способности к восприятию и оценке жизненных ситуаций, таящих в себе опасность, и приобретения опыта их преодоления;
- формирование представлений о причинах возникновения опасных чрезвычайных ситуаций, правилах безопасного поведения в них;
- воспитание самоконтроля и самооценки поведения в опасных для здоровья и жизни ситуациях, развития умения предвидеть последствия своего поведения.

**Место учебного предмета в учебном плане**

Учебный предмет «ОБЖ» в основной школе изучается с 7 по 9 классы. Общее число учебных часов за год 34 часов (1 ч в неделю) в 7 классе.

**Описание материально-технического обеспечения образовательного процесса:** «Основы безопасности жизнедеятельности» 7-9 классы / О-75 Н.Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов, Л. В. Сидоренко, А. Б. Таранин. – 3-е изд., перераб. – М. : Вентана- Граф, 2019.,таблицы, плакаты, видеоматериал, презентации, компасы, противогазы ГП-5, тренажер «Гоша», комплект средств оказания ПМП.

**Планируемые результаты освоения учебного предмета, учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной школе**

**Личностными результатами** освоения ОБЖ является формирование у учащихся:

- освоение социальных норм поведения, социальных ролей, связанных с необычными, неожиданными и чрезвычайными ситуациями;
- целостного мировоззрения по вопросам безопасности личности, общества и государства;
- социальных норм, правил поведения в современном обществе с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- умения правильно оценивать себя и свои поступки;
- морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- понимания здорового и безопасного образа жизни;
- умения противостоять пагубному воздействию вредных привычек, курению, алкоголизму и наркомании;
- правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях в транспорте и на дорогах;
- основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- четкого осознания роли семьи в жизни человека и общества, ценностей семейной жизни, уважительного и заботливого отношения к членам своей семьи и окружающим;
- умения сопереживать, оказывать взаимопомощь, проявлять отзывчивость к окружающим.

**Метапредметные результаты** освоения ОБЖ.

### ***Регулятивные универсальные учебные действия учащихся:***

- уметь самостоятельно ставить себе цель обучения, формулировать задачи в области изучения вопросов безопасности и здорового образа жизни;
- планировать свою жизнь, выбирать пути достижения и средства реализации поставленных целей с учетом требований безопасности и сохранения здоровья;
- анализировать причины возникновения опасных ситуаций, прогнозировать возможность их наступления;
- самостоятельно организовывать свою учебную деятельность по изучению вопросов безопасности;
- адекватно оценивать уровень своих знаний, умений и результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- находить наиболее простой и эффективный способ решения жизненной задачи, проблемы с учетом требований личной безопасности;
- уметь учиться, приобретать новые знания для нормальной адаптации в обществе и дальнейшего профессионального роста.

### ***Познавательные универсальные учебные действия учащихся:***

- уметь познавать и исследовать опасности окружающего мира, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- обобщать и сравнивать последствия опасных событий и чрезвычайных ситуаций;
- Уметь воспринимать и перерабатывать информацию и самостоятельно собирать нужные сведения, делать выводы, моделировать развитие ситуации и опасности жизнедеятельности с использованием разных источников и современных информационных технологий, а также объективно оценивать результат своей деятельности;
- овладевать логическими операциями: анализ, сравнение, классификация, доказательство, выявление причинно-следственных связей опасных ситуаций и их влияния на безопасность жизнедеятельности человека;

### ***Коммуникативные универсальные учебные действия учащихся:***

- уметь взаимодействовать в социуме, участвовать в коллективном обсуждении проблем, аргументировать свои высказывания, учитывать мнения других людей и признавать право другого человека на иное мнение;
- выстраивать доброжелательные отношения в коллективе, уметь разрешать конфликты, осуществлять взаимопомощь, а также эффективно добывать знания и приобрести соответствующие умения при взаимодействии со сверстниками;
- уметь находить компромиссы и договариваться друг с другом при разрешении различных ситуаций, в том числе конфликтных.

### ***Предметными результатами освоения ОБЖ является овладение учащимися:***

- основами современной культуры безопасности жизнедеятельности для формирования безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- знаниями о выживании в условиях вынужденной автономии в природных условиях;
- умениями и навыками поведения на природе, ориентирования на местности при помощи компаса, местных предметов, солнца, звезд, добычи воды, поиска и приготовления пищи в природных условиях;
- правилами поведения при встрече с дикими животными, пресмыкающимися, насекомыми и навыками действий при их нападении и укусах;
- правилами безопасного поведения на воде;

- умениями предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления и проявлять осторожность в случае неопределенности их развития;
- умениями и навыками спасения на воде;
- знаниями о причинах, последствиях опасных ситуаций, возникающих в повседневной жизни и быту, и правилах безопасной эксплуатации бытовых приборов и оборудования;
- умениями и навыками действий при возникновении опасных и аварийных ситуаций в доме, связанных с системами водо-, электро- и газоснабжения и безопасного пользования лифтом;
- правилами безопасного поведения на улице, дороге и в транспорте;
- правилами пожарной безопасности и поведения при пожаре;
- умениями и навыками использования средств пожаротушения при возникновении пожара;
- умениями принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- пониманием ценности экологического качества окружающей среды как естественной основы безопасности жизни;
- правилами поведения при нарушении экологического равновесия и информацией о последствиях для жизнедеятельности человека в случае нарушения;
- знаниями о безопасности при совершении туристических поездок, походов;
- знаниями о влиянии социально-демографических процессов на безопасность общества;
- правилами поведения в опасных ситуациях криминального характера;
- умением предотвращать (избегать) криминогенные ситуации;
- правовыми основами обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций, правами и обязанностями граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- знаниями о деятельности служб экстренной помощи при чрезвычайных и экстремальных ситуациях на муниципальном уровне;
- знаниями о профессии пожарного, спасателя и особенностях их работы;
- знаниями о порядке оповещения населения о чрезвычайных и экстремальных ситуациях, умениями действовать по сигналам оповещения;
- знаниями и умениями применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- знаниями об особенностях природных чрезвычайных ситуаций для данного района проживания;
- знаниями о причинах возникновения, предвестниках наступления чрезвычайных ситуаций природного характера и умениями правильно действовать с целью снижения последствий их воздействия;
- знаниями об организации эвакуации населения при чрезвычайных ситуациях, правилами поведения при ее проведении;
- знаниями о полной и частичной санитарной обработке, и порядке ее проведения;
- умениями проявлять предосторожность при соприкосновении с опасными социальными ситуациями и предвидеть возможные последствия их возникновения;
- знаниями об инфекционных заболеваниях, основных принципах их протекания и профилактике;
- нормативными правовыми основами оказания первой помощи;
- знаниями о правилах оказания первой помощи;

- знаниями правил и способов транспортировки, иммобилизации пострадавшего и умениями их выполнять;
- умениями оказывать первую помощь пострадавшим;
- основами здорового образа жизни, исключающими употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- умениями вести здоровый образ жизни;
- умениями формировать личностные качества, дающие возможность стать активным членом современного общества.

## **Содержание учебного предмета, учебного курса**

### **Раздел 1. Туристский поход**

Значение туризма в жизни человека. Туризм – способ укрепления здоровья и эмоционального благополучия человека. История туризма в мире и нашей стране. Тематика и цели туризма. Общие правила организации туристского похода. Подготовка к походу: требования к снаряжению. Одежда и обувь для турпохода. Личные вещи в походе. Особенности продуктов питания, которые берутся в поход. Виды рюкзаков. Правила упаковки рюкзаков. Спальный мешок. Режим дня в однодневном и многодневном турпоходе. Сочетание передвижения и отдыха. Правила организации ночлега, отдыха, передвижения. Режим питания в турпоходе. Характеристика чрезвычайных и неожиданных ситуаций, их предвидение и ликвидация возможных причин. Первая помощь при болезнях, травмах. Аптечка туриста. Записная медицинская книжка туриста. Полезные для туриста лекарственные растения. Предупреждение возможных случаев отравления грибами и ягодами. Меры безопасности при пользовании водой из природных водоемов. Первая помощь при отравлении, простуде, ожоге, укусе насекомых и змей.

### **Раздел 2. Когда человек сам себе враг**

Причины возникновения вредных привычек. При каких обстоятельствах человек сам себе враг. Вред алкоголя для организма подростка, его здоровья и самочувствия. Отрицательное влияние алкоголя на умственное развитие и успешность обучения школьника. Истоки традиционного отношения русского народа к злоупотреблению алкоголем. «Мода» на курение среди молодёжи. Медицинские исследования о вреде курения на растущий организм. Самовоспитание: противодействие желанию закурить.

**Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы учебного предмета, учебного курса.**

**Расписание учебного времени**

№	Распределение учебного времени	Общее количество часов	В том числе			
			Проектная деятельность	Лабораторные работы	Практические работы	Контрольные работы
1.	Всего часов по учебному плану	34				
2.	Количество часов в неделю	1				
3.	Запланировано на 1 четверть	8			2	
4.	Запланировано на 2 четверть	8			2	
5.	Запланировано на 3 четверть	10			2	
6.	Запланировано на 4 четверть	8			2	

**Планирование основных тем (разделов)**

№	Тема (раздел, блок, модуль)	Количество часов
1.	<b>Туристский поход</b>	24
2.	<b>Когда человек сам себе враг</b>	10

**Календарно-тематическое планирование по основам безопасности жизнедеятельности на 2023 - 2024 учебный год в 7 классах**

№ часы	Дата изучения				Тема занятия	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	Форма проведения	Количество академически х часов
	А	Б	В	Г				
					<b>Раздел: Туристский поход.</b>			
1.					Значение туризма в жизни человека.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
2.					Туризм – способ укрепления здоровья и эмоционального благополучия человека.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
3.					История туризма в мире и нашей стране.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
4.					Тематика и цели туризма.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
5.					Общие правила организации туристского похода.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
6.					Подготовка к походу: требования к снаряжению.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
7.					Одежда и обувь для турпохода.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
8.					Личные вещи в походе.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
9.					Особенности продуктов питания, которые берутся в поход.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
10.					Виды рюкзаков.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
11.					Правила упаковки рюкзаков.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1



12.		Спальный мешок.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
13.		Режим дня в однодневном и многодневном турпоходе.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
14.		Сочетание передвижения и отдыха.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
15.		Правила организации ночлега, отдыха, передвижения.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
16.		Режим питания в турпоходе.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
17.		Характеристика чрезвычайных и неожиданных ситуаций, их предвидение и ликвидация возможных причин.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
18.		Первая помощь при болезнях, травмах.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
19.		Аптечка туризма.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
20.		Записная медицинская книжка туриста.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
21.		Полезные для туриста лекарственные растения.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
22.		Предупреждение возможных случаев отравления грибами и ягодами.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
23.		Меры безопасности при пользовании водой из природных водоемов.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
24.		Первая помощь при отравлении, простуде, ожоге, укусе насекомых и змей.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1

**Вид/форма контроля:** (по данному разделу)

Предварительный

Текущий

Тематический

№	Дата изучения	Тема занятия	Электронные (цифровые)	Форма	Количе
---	---------------	--------------	------------------------	-------	--------

часы					образовательные ресурсы	проведения	ство академически часов
	А	Б	В	Г			
	<b>Раздел: Когда человек сам себе враг.</b>						
1.				Причины возникновения вредных привычек.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
2.				При каких обстоятельствах человек сам себе враг.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
3.				Вред алкоголя для организма подростка, его здоровья и самочувствия.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
4.				Вред алкоголя для организма подростка, его здоровья и самочувствия	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
5.				Отрицательное влияние алкоголя на умственное развитие и успешность обучения школьника.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
6.				Отрицательное влияние алкоголя на умственное развитие и успешность обучения школьника.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
7.				Истоки традиционного отношения русского народа к злоупотреблению алкоголем.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
8.				«Мода» на курение среди молодёжи.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
9.				Медицинские исследования о вреде курения на растущий организм.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
10.				Самовоспитание: противодействие желанию закурить.	Российская электронная школа <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	Очная	1
<b>Вид/форма контроля:</b> (по данному разделу) Предварительный Текущий Тематический							

### Лист контроля

Дата	Цель проверки	Замечания	Срок исполнения	Подпись
__ . __ .202__	Соответствие Положению; обеспечивает возможность освоить программу учеником без отставания			
__ . __ .202__	Устранение замечаний			