


«Согласовано»
Руководитель кафедры
учителей естественно-
математического цикла

 /Л.В.Никитенко/


Протокол № 1 от 30.08.2021 г.

«Согласовано»
Зам. директора по УВР

 / О.А.Селяник/

«Утверждаю»

Директор МАОУ «Школа №3
города Белогорск»

МАОУ "ШКОЛА
№3 ГОРОДА
БЕЛОГОРСК"  Мохова

Приказ № 131 от 30.08.2021г.

**Адаптированная основная общеобразовательная рабочая программа
основного общего образования обучающихся с задержкой
психического развития
учебного предмета (курса) «Основы безопасности жизнедеятельности»
для 7 класса на 2021-2022 учебный год**

Разработала: преподаватель-организатор ОБЖ Виноградова Лариса Александровна

Рассмотрено на заседании
педагогического совета
протокол №1
от 30.08. 2021 г.

Пояснительная записка

Адаптированная основная общеобразовательная программа основного общего образования обучающихся с задержкой психического развития учебного предмета ОБЖ для 7-го класса общеобразовательных организаций разработана на основе авторской программы по основам безопасности жизнедеятельности для общеобразовательных школ Н.Ф. Виноградовой, Д.В. Смирнова, А.Б. Таранина. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-9 классы: рабочая программа. — М.: Вентана-Граф, 2017, в соответствии с учебником «Основы безопасности жизнедеятельности: 5-7 классы: учебник / Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко и др.. – 3-е изд., стереотип. – М. : Просвещение, 2021.

Адаптированная основная общеобразовательная программа основного общего образования обучающихся с задержкой психического развития учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» составлена на основе документов:

- Федеральный уровень:

1. Конвенции о правах ребёнка (одобрена Генеральной Ассамблеей ООН 20.11.1989) (вступила в силу для СССР 15.09.1990);

2. Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 года № 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 06 февраля 2020 года);

3. Санитарно-эпидемиологическими требованиями к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении СанПиН 2.4.3648-20 «Санитарно - эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (далее – СанПиН 2.4.3648-20) (с изменения и дополнениями) зарегистрированного 18.12.2020 года № 61573;

4. Приказа Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. N 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (с изменениями и дополнениями);

5. Примерной основной образовательной программы основного общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 08.04.2015 N 1/15) (ред. от 04.02.2020);

6. Приказа Минпросвещения России от 20.05.2020 N 254 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность» (с изменениями и дополнениями);

7. Письма Министерства образования и науки Российской Федерации от 28 октября 2015 года № 08-1786 «О рабочих программах учебных предметов»;

8. ФГОС ООО (второго поколения) «Примерные программы по учебным предметам. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы».

9. Приказа Минобрнауки России от 28 декабря 2010 г. № 2106 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников».

10. Примерной адаптированной основной общеобразовательной программы основного общего образования обучающихся с задержкой психического развития (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 22 декабря 2015 г. № 4/15).

11. Приказа Минобрнауки России от 19.12.2014 N 1598 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья" (Зарегистрировано в Минюсте России 03.02.2015 N 35847).

- Муниципального уровня:

1. Приказа МКУ «Комитет по образованию и делам молодежи администрации города Белогорск» от 18.08.2021 № 336 «Об организации работы ОО г. Белогорск в 2021/2022 учебном году».

- Школьного уровня:

1. Устава школы.

2. Адаптированная образовательная общеобразовательная программа основного общего образования для обучающихся с задержкой психического развития на 2017-2021 годы, утвержденная приказом МАОУ "Школа № 3 города Белогорск" №174 от 21.06.2017года.

3. Положения о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных курсов, предметов, дисциплин (модулей) МАОУ «Школа №3 города Белогорск», утвержденное приказом № 95 от 30.05.2020 года;

4. Приказа № 131 от 30.08.2021 года «Об утверждении учебного плана МАОУ «Школа №3 города Белогорск».

Место предмета «Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс» в учебном плане.

В соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования предмет основы безопасности жизнедеятельности включен в предметную область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности». По учебному плану на изучение основ безопасности жизнедеятельности в 7 классе отводится 1 час в неделю. Программа рассчитана на 34 часа.

Учёт особенностей обучающегося:

Адаптированная рабочая программа для обучающихся с задержкой психического развития разработана на основе рабочей программы основного общего образования по ОБЖ. Данная программа сохраняет основное содержание образования общеобразовательной школы по ОБЖ, но отличается коррекционной направленностью обучения. Это обусловлено особенностями усвоения учебного материала детьми, испытывающими стойкие трудности в обучении. При адаптации программы основное внимание обращено на овладение детьми практическими умениями и навыками, на уменьшение объема теоретических сведений, включение отдельных тем или целых разделов, материалов обзорного, ознакомительного характера.

ЗПР проявляется в замедлении темпа психического развития, обнаруживается недостаточность общего запаса знаний, ограниченность представлений об окружающем мире, незрелость мыслительных процессов, недостаточная целенаправленность интеллектуальной деятельности, быстрая утомляемость, преобладание игровых интересов. В одних случаях (различные виды инфантилизма) у детей преобладает задержка развития эмоционально-волевой сферы. В других случаях ЗПР преимущественно проявляется в замедлении развития познавательной деятельности, поэтому в данной программе сохраняется основное содержание образования ОБЖ, но дополняется своеобразием, предусматривающим коррекционную направленность обучения.

Важнейшими коррекционными задачами курса являются: развитие логического мышления и речи учащихся, формирование у них навыков умственного труда — планирование работы, поиск рациональных путей ее выполнения, осуществление самоконтроля. Школьники должны научиться грамотно и аккуратно делать записи, уметь объяснить их.

Дети с ЗПР из-за особенностей своего психического развития трудно усваивают программу учебного предмета. В связи с этим в рабочую программу внесены некоторые

изменения: увеличено количество упражнений и заданий, связанных с практической деятельностью учащихся; некоторые темы даются как ознакомительные; исключаются задания повышенной сложности; теоретический материал преподносится в процессе выполнения заданий наглядно-практического характера, учебный материал дается небольшими дозами, включается ежедневно материал для повторения и самостоятельных работ. Учащиеся должны уметь показать и объяснить все, что они делают, решают, рисуют, чертят, собирают. Домашнее задание - дифференцированное, в соответствии с индивидуальными возможностями.

Коррекционно-развивающая работа с детьми, испытывающими трудности в усвоении ОБЖ, строится в соответствии со следующими основными положениями:

- Восполнение пробелов школьного развития детей путем обогащения чувственного опыта, организации предметно-практической деятельности
- Пропедевтический характер обучения: подбор заданий, подготавливающих учащихся к восприятию новых тем
- Дифференцированный подход к детям – с учетом сформированности знаний, умений и навыков, осуществляемый при выделении следующих этапов работы: выполнение действий в материализованной форме, в речевом плане без наглядной опоры, в умственном плане
- Формирование операции обратимости и связанной с ней гибкости мышления
- Развитие общеинтеллектуальных умений и навыков – активизация познавательной деятельности: развитие зрительного и слухового восприятия, формирование мыслительных операций
- Активизация речи детей в единстве с их мышлением
- Выработка положительной учебной мотивации, формирование интереса к предмету

Формирование навыков учебной деятельности, развитие навыков самоконтроля

Для организации работы с детьми ОБЖ предусмотрены следующие методы работы:

- Использование индивидуальной шкалы оценок в соответствии
- возможность переделать задание, с которым ученик не справился;
- создание ситуации успеха на уроке;
- использование игровых методов и форм;
- частое переключение с одного вида деятельности учащихся на другой;
- использование красочного наглядного и дидактического материала;
- использование заданий с опорой на образец;
- многократное, поэтапное повторение, частое обращение к «старым» знаниями;
- обсуждение на уроках интересных фактов из жизни животных и растений;
- акцентирование внимания школьников на практической значимости получаемых знаний и умений на уроках ОБЖ.

Содержание учебного предмета

Введение (1 час).

Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя (12 часов)

Психическое здоровье человека. Показатели психического здоровья и нездоровья.

Социальное здоровье человека. Что определяет социальное здоровье человека? Общение – ценность. Учение – социально важная деятельность. Круг интересов. Фанаты и поклонники. Дикарь или единомышленник? Чем опасен фанатизм.

Как вести здоровый образ жизни. Может ли Интернет навредить человеку? Что нужно знать об интернет-мошенничестве? Как уберечь себя от инфекционных заболеваний.

Практикум. Учимся снимать напряжение с разных групп мышц. Волевые качества.

Проектная деятельность по темам:

1. Одиночество – путь к социальному нездоровью человека.
2. Наши предложения: как улучшить психическое здоровье человека.
3. Медиасреда, не навреди!

Школьная жизнь (3 часа)

Современный транспорт. Правила безопасного поведения в самолёте, в поезде, на теплоходе.

Безопасность в обществе (социуме) (10 часов)

Какие конфликты возникают в социуме. Общество. Конфликт. Шантаж и угрозы – социальные опасности. Буллинг. Опасные молодежные увлечения.

Чрезвычайные ситуации социального характера. Межнациональные и межрегиональные (межконфессиональные) конфликты, массовые беспорядки, забастовки, бандитизм. Правила защиты от чрезвычайных ситуаций социального характера. Не попадите в сети экстремизма. Особо опасные чрезвычайные ситуации социального характера.

Роль государства и общества в обеспечении безопасности жизни и здоровья граждан Российской Федерации. Функции государства и их роль в обеспечении безопасности жизни и здоровья.

Проектная деятельность по теме:

Роль государства и каждого гражданина в предупреждении социальных чрезвычайных ситуаций.

На природе (7 часов)

Как подать сигналы о помощи. Чрезвычайные ситуации природного характера. Переправа через водные преграды.

Планируемые результаты: личностные, метапредметные и предметные

Личностные результаты:

- освоение социальных норм поведения, социальных ролей, связанных с необычными, неожиданными и чрезвычайными ситуациями;
- сформированность социально значимых межличностных отношений, ценностных жизненных установок и нравственных представлений;
- эмоционально-отрицательная оценка потребительского отношения к окружающей среде, к проявлению асоциального поведения;
- наличие способности предвидеть результаты своих действий, корректировать те из них, которые могут привести к нежелательным и/или опасным последствиям;
- устойчивое стремление и готовность к саморазвитию и личностному совершенствованию.

Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)

Познавательные:

- использовать умственные операции (анализ, синтез, сравнение, классификация и др.) для оценки, интерпретации, обобщения получаемой информации;
- сопоставлять информацию по одной и той же проблеме, полученную из разных источников (текст, иллюстрация, графическое представление);
- сравнивать чрезвычайные ситуации, классифицировать их по степени опасности для жизни и здоровья людей;
- осуществлять поиск информации, необходимой для выбора правильных решений в чрезвычайных ситуациях, связанных с бытом, повседневной школьной жизнью, отдельными природными и техногенными происшествиями.

Регулятивные:

- планировать по собственному побуждению свою жизнь и деятельность, ориентируясь на изученные правила поведения в различных ситуациях;
- контролировать своё поведение, проявлять желание и способность предвидеть последствия своих действий и поступков;
- оценивать неординарные, чрезвычайные ситуации, определять ошибки в действиях их участников, намечать способы их устранения.

Коммуникативные:

- участвовать в диалоге (высказывать своё мнение, терпимо относиться к разным мнениям, объективно оценивать суждения участников);
- формулировать обобщения и выводы по изученному материалу;
- составлять обоснованные суждения о правилах поведения в различных чрезвычайных ситуациях;
- характеризовать понятия (в рамках изученных), пользоваться словарями для уточнения их значения и смысла;
- характеризовать причины происходящих событий, делать выводы о возможных способах их устранения.

Предметные результаты

Учащиеся научатся:

- объяснять смысл основных понятий (в рамках изученного материала);
- характеризовать государственную политику, связанную с предотвращением различных чрезвычайных ситуаций и борьбой с ними (в рамках изученного материала);
- выявлять факторы, влияющие на здоровье и благополучие человека;

- раскрывать особенности организации безопасного туризма, отдыха, игр и занятий;
- анализировать и оценивать ситуации, связанные с опасностями для здоровья и жизни человека в близком окружении и в масштабах региона;
- предвидеть возможные последствия своих действий и поведения;
- проявлять желание противостоять негативным влияниям окружающей социальной среды, коллектива сверстников, взрослых;
- организовывать режим, двигательную активность, закаливание и др.;
- ориентироваться в дорожной обстановке, соблюдать правила дорожного движения;
- оказывать первую помощь в различных чрезвычайных ситуациях.

Реализация программы воспитания

Осознание российской гражданской идентичности в поликультурном и многоконфессиональном обществе, проявление интереса к познанию родного языка, истории, культуры Российской Федерации, своего края, народов России; ценностное отношение к достижениям своей Родины — России, к науке, искусству, спорту, технологиям, боевым подвигам и трудовым достижениям народа; уважение к символам России, государственным праздникам, историческому и природному наследию и памятникам, традициям разных народов, проживающих в родной стране; формирование чувства гордости за свою Родину, ответственного отношения к выполнению конституционного долга — защите Отечества; готовность к выполнению обязанностей гражданина и реализации его прав, уважение прав, свобод и законных интересов других людей; активное участие в жизни семьи, организации, местного сообщества, родного края, страны; неприятие любых форм экстремизма, дискриминации; понимание роли различных социальных институтов в жизни человека; представление об основных правах, свободах и обязанностях гражданина, социальных нормах и правилах межличностных отношений в поликультурном и многоконфессиональном обществе; представление о способах противодействия коррупции; готовность к разнообразной совместной деятельности, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи, активное участие в школьном самоуправлении; готовность к участию в гуманитарной деятельности (волонтерство, помощь людям, нуждающимся в ней); сформированность активной жизненной позиции, умений и навыков личного участия в обеспечении мер безопасности личности, общества и государства; понимание и признание особой роли России в обеспечении государственной и международной безопасности, обороны страны, осмысление роли государства и общества в решении задачи защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; знание и понимание роли государства в противодействии основным вызовам современности: терроризму, экстремизму, незаконному распространению наркотических средств, неприятие любых форм экстремизма, дискриминации, формирование веротерпимости, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, развитие способности к конструктивному диалогу с другими людьми; ориентация на моральные ценности и нормы в ситуациях нравственного выбора; готовность оценивать своё поведение и поступки, а также поведение и поступки других людей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; активное неприятие асоциальных поступков, свобода и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства; развитие ответственного отношения к ведению здорового образа жизни, исключая употребление наркотиков, алкоголя, курения и нанесение иного вреда собственному здоровью и здоровью окружающих; формирование личности безопасного типа, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности других людей; формирование гармоничной личности, развитие способности воспринимать, ценить и создавать прекрасное в повседневной жизни; понимание взаимозависимости счастливого юношества и безопасного личного поведения в повседневной жизни; ориентация в деятельности на современную систему научных представлений об основных закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях человека с природной и социальной средой; овладение основными навыками исследовательской деятельности, установка на осмысление опыта, наблюдений, поступков и стремление совершенствовать пути достижения индивидуального и коллективного благополучия; формирование современной научной картины мира,

понимание причин, механизмов возникновения и последствий распространённых видов опасных и чрезвычайных ситуаций, которые могут произойти во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды); установка на осмысление опыта, наблюдений и поступков, овладение способностью оценивать и прогнозировать неблагоприятные факторы обстановки и принимать обоснованные решения в опасной (чрезвычайной) ситуации с учётом реальных условий и возможностей; Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия: понимание личностного смысла изучения учебного предмета ОБЖ, его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства; осознание ценности жизни; ответственное отношение к своему здоровью и установка на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность); осознание последствий и неприятие вредных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья; соблюдение правил безопасности, в том числе навыков безопасного поведения в интернет-среде; способность адаптироваться к стрессовым ситуациям и меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели; умение принимать себя и других, не осуждая; умение осознавать эмоциональное состояние себя и других, уметь управлять собственным эмоциональным состоянием; сформированность навыка рефлексии, признание своего права на ошибку и такого же права другого человека; установка на активное участие в решении практических задач (в рамках семьи, организации, города, края) технологической и социальной направленности, способность инициировать, планировать и самостоятельно выполнять такого рода деятельность; интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода, в том числе на основе применения изучаемого предметного знания; осознание важности обучения на протяжении всей жизни для успешной профессиональной деятельности и развитие необходимых умений для этого; готовность адаптироваться в профессиональной среде; уважение к труду и результатам трудовой деятельности; осознанный выбор и построение индивидуальной траектории образования и жизненных планов с учётом личных и общественных интересов и потребностей; укрепление ответственного отношения к учёбе, способности применять меры и средства индивидуальной защиты, приёмы рационального и безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; овладение умениями оказывать первую помощь пострадавшим при потере сознания, остановке дыхания, наружных кровотечениях, попадании инородных тел в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, отморожениях, отравлениях; установка на овладение знаниями и умениями предупреждения опасных и чрезвычайных ситуаций, во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникации, при воздействии рисков культурной среды); ориентация на применение знаний из социальных и естественных наук для решения задач в области окружающей среды, планирования поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды; повышение уровня экологической культуры, осознание глобального характера экологических проблем и путей их решения; активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; осознание своей роли как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред; готовность к участию в практической деятельности экологической направленности; освоение основ экологической культуры, методов проектирования собственной безопасной жизнедеятельности с учётом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Календарно-тематическое планирование

№ п/п	Дата		Тема урока	Кол-во часов
	план	факт		
Введение (1 час).				
1.	02.09		Введение. Инструктаж по технике безопасности на уроках ОБЖ. Знакомство с курсом предмета.	1
Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя (12 часов)				
2.	09.09		Психическое здоровье человека.	1
3.	16.09		Вводная контрольная работа. Учимся снимать мышечное напряжение.	1
4.	23.09		Анализ вводной работы. Стресс. Коррекция знаний «Психическое здоровье».	1
5.	30.09		Социальное здоровье человека.	1
6.	07.10		Общение – ценность. Коррекция знаний «Социальное здоровье».	1
7.	14.10		Учение – социально важная ценность.	1
8.	21.10		Круг ваших интересов. Коррекция знаний «Социальное здоровье».	1
9.	28.10		Фанаты и поклонники.	1
10.	11.11		Может ли Интернет навредить человеку? Коррекция знаний «Я и общество».	1
11.	18.11		Как уберечь себя от инфекционных заболеваний.	1
12.	25.11		Проектная деятельность.	1
13.	02.12		Проектная деятельность. Коррекция знаний «Здоровье человека».	1
Школьная жизнь (4 часа)				
14.	09.12		Виды современного транспорта.	1
15.	16.12		Полугодовая контрольная работа. Контроль и коррекция знаний.	1
16.	23.12		Анализ полугодового контроля. Правила безопасного поведения в транспорте.	1
17.	13.01		Правила безопасного поведения в транспорте. Коррекция знаний «Школьная жизнь».	1
Безопасность в обществе (социуме) (10 часов)				
18.	20.01		Какие конфликты возникают в социуме.	1
19.	27.01		Шантаж и угрозы – социальные опасности.	1
20.	03.02		Что такое буллинг? Коррекция знаний «Опасности в обществе».	1
21.	10.02		Чрезвычайные ситуации социального характера.	1
22.	17.02		Экстремизм. Коррекция знаний «Чрезвычайные ситуации».	1
23.	24.02		Особо опасные чрезвычайные ситуации социального характера.	1
24.	03.03		Роль государства и общества в обеспечении	1

			безопасности жизни и здоровья граждан Российской Федерации.	
25.	10.03		Проектная деятельность. Коррекция знаний.	1
26.	17.03		Проектная деятельность.	1
27.	31.03		Коррекция знаний по пройденной теме «Безопасность в обществе».	1
На природе (7 часов)				
28.	07.04		Сигналы помощи. Повторение и коррекция темы «Психическое здоровье».	1
29.	14.04		Чрезвычайные ситуации природного характера. Повторение и коррекция темы «Социальное здоровье».	1
30.	21.04		Чрезвычайные ситуации природного характера. Повторение темы и её коррекция «Безопасность на дороге».	1
31.	28.04		Переправа через водные преграды. Повторение и коррекция темы «Безопасность на транспорте».	1
32.	05.05		Повторение, обобщение и коррекция изученного за год.	1
33.	12.05		Итоговая контрольная работа.	1
34.	19.05		Анализ итоговой работы. Итоговый урок.	1