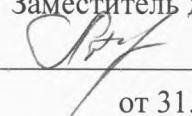


Государственное казённое общеобразовательное учреждение Удмуртской Республики  
«Шарканская школа-интернат»

ПРИНЯТО  
Протокол заседания  
Педагогического совета  
от 31.08. 2022г. №1

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора по УВР  
 /Горбушина Л.В./  
от 31.08.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы  
 /Караваяев А.Г./  
Приказ № 176 от 01.09.2022г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Предмет основы безопасности жизнедеятельности  
Учебный год 2022-2023  
Класс 7  
Количество часов в год 34  
Количество часов в неделю 1

Составитель: Караваяев А.Г.

## Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе Адаптированной основной общеобразовательной программы образования обучающихся с легкой умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) (Вариант 1).

Данная программа рассчитана на 2022-2023 учебный год. Количество учебных часов в год – 34, из расчета 1 учебный час преподавания предмета в неделю.

Целью курса «Основы безопасности жизнедеятельности» является формирование у учащихся с отклонениями в развитии сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих, для приобретения знаний и умений распознавать опасные ситуации и вредные для человека факторы, определять способы защиты от них, оказывать само- и взаимопомощь.

Основные задачи курса ОБЖ в 7 классе:

- формирование у учащихся обостренного чувства личной и коллективной безопасности;
- привитие навыков безопасного поведения и выживания в природных условиях;
- ознакомление с безопасностью человека в чрезвычайных ситуациях природного характера, основами ЗОЖ;
- воспитание гражданственности, патриотизма, ответственности перед обществом и природой.

Программой предусматриваются выполнение практических работ, связанных с возникновением возможных ситуаций природного характера; по оказанию первой помощи в экстремальных ситуациях.

При изучении раздела «Основы медицинских знаний», «Основы ЗОЖ» желательно привлечение медсестры.

Учащиеся 7 класса знакомятся со следующими разделами:

- безопасность человека в чрезвычайных ситуациях природного характера;
- безопасность и выживание человека в природных условиях;
- основы медицинских знаний;
- экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства;
- основы ЗОЖ.

Программа направлена на то, чтобы учащиеся 7 класса знали как действовать и могли действовать при попадании в экстремальные ситуации природного характера.

В программу включены типы учебных занятий: изучения нового учебного материала; закрепления знаний; обобщающего повторения и систематизации знаний; контроля знаний и умений; работа с учебным текстом. Основной тип занятий комбинированный. Для выполнения программы используются разнообразные методы обучения с учётом специфики изучаемого материала: словесные, наглядные, практические.

Словесные методы: рассказ, объяснение, беседа, самостоятельная работа с книгой. На уроках ОБЖ широко применяется метод объяснения. Объяснение проводится при четком соблюдении дидактических принципов, используемых в специальном обучении.

## Содержание учебного предмета

Введение. Цели и задачи на 7 класс. Что такое ЧС. Безопасность человека в чрезвычайных ситуациях. ЧС природного характера. Землетрясения. Вулканы. Оползни, сели, снежные лавины. Наводнения. Цунами. Ураганы, бури, смерчи. Лесные и торфяные пожары. Психологические основы выживания в ЧС.

Терроризм. Безопасность человека и основы выживания в природных условиях. ЧС в природных условиях. Как избежать попадания в экстремальную ситуацию. Автономное существование человека в природе: ориентирование, выход к населенным пунктам. Способы добывания огня, очистка воды, поиск пищи. Изготовление домашнего дистиллятора (практическая работа).

Смена климатогеографических условий. Акклиматизация. Защита населения от последствий ЧС. Экскурсия с целью изучения съедобных растений.

Основы медицинских знаний. Домашняя аптечка первой помощи. Составление походной аптечки. Применение природных материалов.

Ожоги, обморожения. Первая помощь. Укусы насекомых, клещей. Первая помощь. Правила наложения повязок. Отработка практических навыков наложения повязок на руку, на ногу (практические работы). Оказание первой помощи при переломах. Способы переноски пострадавших.

Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства. Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения. Виды экстремистской и террористической деятельности. Виды террористических актов и их последствия. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

Основы здорового образа жизни. Правильное питание – основа ЗОЖ значение белков, жиров, углеводов в питании человека. Гигиена и культура питания. Особенности подросткового возраста. Пища – источник жизни. Полноценное питание и здоровье человека. Продукты животного и растительного происхождения. Режим приема пищи. Сохранение физического и духовного здоровья. Правила здорового образа жизни. Физиология подростка.

Повторение. Лесные пожары и их профилактика. Азбука дорожного движения.

*Личностные результаты:*

- адаптация учащихся к условиям обучения;
- формирование элементарных навыков уважительного отношения к чужому мнению;
- принятие социальной роли ученика, развитие предпосылки учебной деятельности;
- формирование коммуникативных умений и социальных контактов с окружающими людьми, адекватного поведения в социуме;
- формирование элементарных практических знаний об окружающем природном и социальном мире, способствующих социальной реабилитации и адаптации;

- формирование социально-бытовых, трудовых умений и навыков, обеспечивающих безопасную жизнедеятельность;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, бережному отношению к материальным ценностям.

*Метапредметные результаты:*

1. регулятивные универсальные учебные действия:

- определять и формулировать цель деятельности с помощью учителя;
- учиться высказывать своё предположение (версию) на основе работы с материалом;
- учиться работать по предложенному учителем плану;
- оформлять свои мысли в устной и письменной форме;

2. познавательные универсальные учебные действия:

- находить ответы на вопросы;
- делать выводы в результате совместной работы класса и учителя;
- проявлять свои теоретические, практические умения и навыки при подборе и переработке материала;
- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий;
- понимать информацию, представленную в виде текста, рисунков, схем;
- группировать, классифицировать предметы, объекты на основе существенных признаков, по заданным критериям;
- умение высказывать своё отношение к получаемой информации;
- оформлять свои мысли в устной и письменной форме;

3. коммуникативные универсальные учебные действия:

- учиться работать в паре, группе; выполнять различные роли (лидера, исполнителя);
- сотрудничать со сверстниками и взрослыми для реализации проектной деятельности;
- слушать собеседника;
- договариваться и приходить к общему решению;
- формулировать собственное мнение и позицию;
- осуществлять взаимный контроль;

- объяснение должно быть небольшим по объему и непродолжительным;
- материал, подобранный для объяснения, должен быть доступным;
- объяснение сопровождается демонстрацией наглядности, показом способов и приемов работы, практическими действиями учащихся;
- во время объяснения допустимо задавать вопросы учащимся, активизируя их деятельность и проверяя понимание объясняемого.

Наглядные методы: таблицы, схемы, опорные слова, опорный план.

Практические методы: практическое выполнение творческих заданий.

При обучении детей с ограниченными возможностями здоровья наиболее важную роль играют наглядные и практические методы. Однако наиболее прочное усвоение материала происходит лишь при условии сочетания этих методов со словесными.

Диагностическая деятельность, которая осуществляет обратную связь в процессе обучения, с целью повышения эффективности обучения включает в себя следующие приемы контроля:

- устный опрос;
- письменные работы;
- практические работы.

Каждый вид контроля помогает объективно оценивать знания и умения обучающихся.

Таким образом, данная рабочая программа способствует социальной адаптации обучающихся, развивает их умственный и сенсомоторный потенциал и положительно влияет на личностные свойства.

#### *Планируемые результаты изучения учебного предмета*

Обучающиеся должны знать:

- возможные экстремальные ситуации в природе;
- факторы, связанные с акклиматизацией человека в новых климатогеографических условиях;
- способы добывания огня, очистки воды;
- основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации;
- основные лекарства, входящие в домашнюю и походную аптечку;
- правила наложения повязок.

Обучающиеся должны уметь:

- ориентироваться на местности по местным признакам;
- изготавливать домашний дистиллятор, очистить мутную воду в природных условиях;
- различать съедобные и ядовитые растения и грибы;
- применять природный материал при оказании первой помощи;
- противодействовать терроризму и экстремизму в РФ;
- собирать походную аптечку;
- оказывать первую помощь при обморожениях, ожогах, отравлениях;
- накладывать повязки на руку и ногу.

Раздел, тема	Кол-во часов	Форма организационной работы			
		Теория	Практика	Экскурсии	Контроль
Раздел 1. Введение.	1	1			
Раздел 2. Безопасность человека в чрезвычайных ситуациях.	7	6			1
Раздел 3. Безопасность человека и основы выживания в природных условиях.	7	6	1		
Раздел 4. Основы медицинских знаний.	8	6	2		
Раздел 5. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.	4	4			
Раздел 6. Основы ЗОЖ.	4	4			
Раздел 7. Повторение.	3	1		1	1
<b>Итого:</b>	<b>34</b>	<b>28</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>2</b>

Описание учебно – методического и материально – технического обеспечения

1. Азбука безопасности М Щербинская типография 2003.
2. Вангородский. С.Н. ОБЖ 7 класса. Москва, «Дрофа», 2000.
3. Майстер В.И., Флейтер И.А. ОБЖ 6 класс. Ижевск, 1995.
4. Маслов А.Г. ОБЖ 6 класс. Москва, «Дрофа», 1999.
5. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебное пособие 5-11 классы Вентана-граф Смоленск 1995.

### Календарно-тематическое планирование

№	Дата	Тема урока	Словарная работа
---	------	------------	------------------

	урока		
1 четверть			
Введение (1ч)			
1	6.09	Что такое опасность и безопасность.	Опасность, безопасность
Безопасность человека в чрезвычайных ситуациях. (7 ч)			
2	13.09	Чрезвычайные ситуации природного характера.	опасное природное явление стихийное бедствие
3	20.09	Землетрясение. Вулканы.	Эпицентр, очаг, сейсмограф Кратер, магма лава, гейзер
4	27.09	Оползни, сели, снежные лавины.	Оползень, сель
5	4.10	Наводнения. Цунами.	половодье, паводок, затор, зажор, моретрясения (эпицентр)
6	11.10	Ураганы, бури, смерчи	Циклон, тайфун, торнадо
7	18.10	Лесные и торфяные пожары. <b>Самостоятельная работа.</b>	низовой, верховой, почвенный пожары
8	25.10	Психологические основы выживания в ч/в ситуациях.	Характер, темперамент
2 четверть			
Безопасность человека и основы выживания в природных условиях.(7 ч)			
9	8.11	Чрезвычайные ситуации в природных условиях.	смена климатогеографических условий автономное существование
10	15.11	Как избежать попадания в экстремальную ситуацию.	подготовка к походу надёжная обувь
11	22.11	Автономное существование человека в природе.	правила поведения в экстремальной ситуации
12	29.11	Способы добывания огня, очистка воды, поиск пищи.	сбор съедобных растений очистка и опреснение
13	6.12	Изготовление домашнего дистиллятора. <b>Практическая работа.</b>	
14	13.12	Смена климатогеографических условий. Акклиматизация.	смена часовых поясов смена климата акклиматизация
15	20.12	Защита населения от последствий чрезвычайных ситуаций.	убежище воздушная опасность
Основа медицинских знаний. (8 ч)			
16	27.12	Домашняя аптечка первой помощи.	лекарственные средства перевязочный материал
3 четверть			
17	10.01	Составление походной аптечки. Применение природных материалов. <b>Практическая работа.</b>	мох сфагнум, подорожник
18	17.01	Ожоги. Обморожения. Первая помощь.	термический ожог химический ожог
19	24.01	Отравления. Первая помощь.	некачественные продукты желудка
20	31.01	Укусы насекомых, клещей. Первая помощь.	удаление жала насекомого аллергия удаление клеща
21	7.02	Правила наложения повязок.	
22	14.02	Отработка практических навыков наложения повязок на руку и ногу. <b>Практическая работа.</b>	способ остановки кровотечения, марлевый бинт

			спиральная повязка крестообразная, косыночная, спиральная
23	21.02	Оказание первой помощи при переломах. Способы переноски пострадавших.	шина фиксация конечности
Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства. (4 ч)			
24	28.02	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения	экстремизм терроризм
25	7.03	Виды экстремистской и террористической деятельности	политический экстремизм национальный экстремизм религиозный экстремизм
26	14.03	Виды террористических актов и их последствия	теракт
27	21.03	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности	Массовые беспорядки Хулиганство Вандализм Террористический акт
4 четверть			
Основы ЗОЖ. (4 ч)			
28	4.04	Правильное питание – основа ЗОЖ.	Калорийность продуктов питания
29	11.04	Значение белков, жиров, углеводов в питании человека.	Белки, жиры, углеводы
30	18.04	Гигиена и культура питания.	Гигиена питания, культура питания
31	25.04	Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.	подростковый возраст
Повторение. (3 ч)			
32	2.05	Изучение съедобных растений. <b>Экскурсия.</b>	
33	16.05	Лесные пожары и их профилактика.	пирология
34	23.05	<b>Контрольная работа.</b>	

### Критерии оценки письменных и устных ответов обучающихся по ОБЖ.

#### Оценка устных ответов учащихся.

**Оценка «5»** ставится в том случае, если учащийся показывает верное понимание рассматриваемых вопросов, дает точные формулировки и истолкование основных понятий, строит ответ по собственному плану, сопровождает рассказ примерами, умеет применить знания в новой ситуации при выполнении практических заданий; может установить связь между изучаемым и ранее изученным материалом по курсу ОБЖ, а также с материалом, усвоенным при изучении других предметов.

**Оценка «4»** ставится, если ответ ученика удовлетворяет основным требованиям к ответу на оценку «5», но дан без использования собственного плана, новых примеров, без применения знаний в новой ситуации, без использования связей с ранее изученным материалом и материалом, усвоенным при изучении других предметов; если учащийся допустил одну ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно или с небольшой помощью учителя.

**Оценка «3»** ставится, если учащийся правильно понимает суть рассматриваемого вопроса, но в ответе имеются отдельные пробелы в усвоении вопросов курса ОБЖ, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; умеет применять полученные знания при решении простых задач с использованием стереотипных решений, но затрудняется при решении задач, требующих более глубоких подходов в оценке явлений и событий; допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не



более двух-трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов; допустил четыре или пять недочетов.

**Оценка «2»** ставится, если учащийся не овладел основными знаниями и умениями в соответствии с требованиями программы и допустил больше ошибок и недочетов, чем необходимо для оценки 3.

При оценивании устных ответов учащихся целесообразно проведение поэлементного анализа ответа на основе программных требований к основным знаниям и умениям учащихся, а также структурных элементов некоторых видов знаний и умений, усвоение которых целесообразно считать обязательными результатами обучения.

**Оценка письменных контрольных работ.**

**Отметка «5» ставится, если:**

% выполнения заданий составляет свыше 65%.

**Отметка «4» ставится, если:**

% выполнения заданий составляет 50-65%

**Отметка «3» ставится, если:**

% выполнения заданий составляет 25-50%

**Отметка «2» ставится, если:**

% выполнения заданий составляет менее 25% .

**1. Допиши.**

В природе могут быть следующие чрезвычайные ситуации: землетрясения, ...

**2. Подчеркни нужное.**

В нашей республике могут быть: вулканы, оползни, сели, снежные лавины, наводнения, ураганы, смерчи, цунами.

**3. Что такое эпицентр землетрясения?**

**4. Как нужно вести себя при приближении смерчи?**

**5. Самое безопасное место в доме во время урагана.**

**6. Когда ученики могут тушить лесной пожар?**

**7. Подчеркни правильный ответ.**

При обнаружении крупного лесного пожара нужно

- бежать тушить
- прибежать в населенный пункт и сообщить взрослым
- прибежать домой и спрятаться

## **Годовая контрольная работа**

### **1. Выбери правильный ответ.**

Что относится к чрезвычайным ситуациями природного характера?

- землетрясение;
- аварии на заводах;
- снежные лавины;
- ураганы.

### **2. Допиши.**

При обнаружении лесного пожара необходимо ...

### **3. Что значит вынужденная автономия?**

### **4. Для чего нужен дистиллятор?**

### **5. Напишите, что входит в состав домашней аптечки?**

### **6. Какие растения можно применять в качестве лекарств?**

### **7. Как необходимо оказать первую помощь при небольших кровотечениях?**

### **8. Напишите основные правила поведения в случае террористической угрозы.**

### **9. Что значит здоровый образ жизни?**

### **10. Что значит сбалансированное питание?**