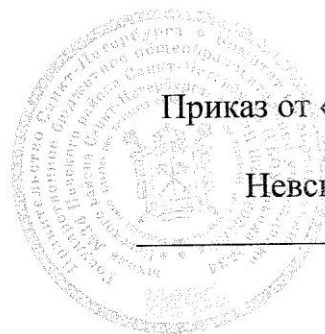


Аннотация к рабочей программе по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»

| | |
|--|---|
| Название учебного предмета (учебного курса) | Основы безопасности жизнедеятельности |
| Класс | 7 класс |
| Разработчик рабочей программы | Петрова А.Н. |
| Основа разработки рабочей программы | <ul style="list-style-type: none"> – Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (с действующими дополнениями и изменениями) – Адаптированная основная образовательная программа основного общего образования обучающихся с задержкой психического развития в условиях реализации ФГОС ООО ГБОУ школы №34 Невского района Санкт-Петербурга – Авторская программа основного общего образования по Основам безопасности жизнедеятельности : 5-9 классы: Программа / Н.Ф. Виноградова, Д.В.Смирнов. – М.:Вентана-Граф, 2017 |
| Общая цель изучения учебного предмета (учебного курса) | Основной целью обучения детей с задержкой психического развития является расширение знаний и формирование умений по организации здорового образа жизни, выбору правильного поведения в различных неординарных и чрезвычайных ситуациях. |
| Задачи изучения учебного предмета (учебного курса) | <ol style="list-style-type: none"> 1. осознание необходимости изучения правил поведения в необычных, нестандартных и чрезвычайных ситуациях, овладение умением ориентироваться в них; 2. воспитание способности к восприятию и оценке жизненных ситуаций, таящих в себе опасность, и приобретение опыта их преодоления; 3. формирование представлений о причинах возникновения опасных ситуаций, правилах безопасного поведения в них ; 4. воспитание самоконтроля и самооценки поведения в опасных для здоровья и жизни ситуациях, развитие умения предвидеть последствия своего поведения |
| Основное содержание учебного предмета (учебного курса): перечень разделов, тем учебного предмета (учебного курса) | Основное содержание обучения в программе представлено разделами: »Введение. Окружающая среда и безопасность», «Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека», «Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни» |
| Общее количество часов учебного предмета (учебного курса) по учебному плану | 34 часа |

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение школа № 34
Невского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТО
Решением Педагогического Совета
ГБОУ школа №34
Невского района Санкт-Петербурга
Протокол от «10» 06 2022 г. № 8



УТВЕРЖДЕНО
Приказ от «10» 06 2022 г. № 122
Директор ГБОУ школа №34
Невского района Санкт-Петербурга
Т.А. Сергеева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО УЧЕБНОМУ ПРЕДМЕТУ
«**Основы безопасности жизнедеятельности**»
для обучающихся 7 класса
на 2022-2023 учебный год

Разработчик:
Петрова Алла Николаевна,
Учитель ОБЖ

Санкт-Петербург,
2022

Пояснительная записка Обоснованность рабочей программы

Рабочая программа по Основам безопасности жизнедеятельности для обучающихся с задержкой психического развития (далее – ЗПР) на уровне основного общего образования для 7 класса подготовлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (с действующими дополнениями и изменениями); адаптированной основной образовательной программы основного общего образования обучающихся с задержкой психического развития в условиях реализации ФГОС ООО ГБОУ школы №34 Невского района Санкт-Петербурга, с учётом авторской программы основного общего образования по Основам безопасности жизнедеятельности : 5-9 классы: Программа / Н.Ф. Виноградова, Д.В.Смирнов. – М.: Вентана-Граф, 2017.

Используемый УМК

1. Виноградова Н.Ф., Смирнов Д.В., Сидоренко Л.В., Таранин А.Б. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник. 7-9 кл. – М.: Вентана-Граф, 2020 – 272 с.
2. Программа основного общего образования по Основам безопасности жизнедеятельности : 5-9 классы: Программа / Н.Ф. Виноградова, Д.В.Смирнов. – М.: Вентана-Граф, 2017.

Адресат программы

Программа рассчитана на обучающихся 7 класса с задержкой психического развития.

Общая характеристика учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» составлена с учетом особых образовательных потребностей обучающихся с ЗПР, получающих образование на основе АООП ООО.

Опасные и чрезвычайные ситуации становятся все более частым явлением в нашей повседневной жизни и требуют получения обучающимися знаний, умений, навыков и компетенций личной безопасности в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций социально сложного и технически насыщенного окружающего мира.

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» является обязательным для изучения на уровне основного общего образования и является одной из составляющих предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности».

Межпредметная интеграция и связь учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» с такими предметами как «Биология», «История», «Информатика», «Обществознание», «Физика», «Химия», «Экология», «Экономическая и социальная география», «Физическая культура» способствует формированию целостного представления об изучаемом объекте, явлении, содействует лучшему усвоению содержания предмета, установлению более прочных связей учащегося с повседневной жизнью и окружающим миром, усилению развивающей и культурной составляющей программы, а также рационального использования учебного времени.

Предлагаемая программа является научной, комплексной и последовательной системой обучения и воспитания здорового образа жизни, и призвана позитивно повлиять на сложившуюся в обществе систему, так как позволит сформировать ценностное отношение к личной безопасности и к своему здоровью.

Программа определяет базовое содержание по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» в форме и объеме, которые соответствуют возрастным особенностям обучающихся и учитывает возможность освоения приемов умственной и

практической деятельности обучающихся, что является важнейшим компонентом развивающего обучения.

Цели и задачи изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Общей целью освоения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» является формирование у обучающихся с ЗПР культуры безопасности жизнедеятельности в современном мире в соответствии с требованиями, предъявляемыми федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, формирование и развитие личности школьника, способного к определению своих ценностных ориентиров, развитие желания и умения укреплять свое здоровье, вести правильный образ жизни.

Освоение и понимание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на:

- освоение знаний о здоровом образе жизни; об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
- воспитание у обучающихся чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- развитие у обучающихся качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни; необходимых для обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- овладение умениями предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь.
- формирование у обучающихся современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни, антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции, нетерпимости к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека.

Достижение этих целей обеспечивается решением следующих *задач*:

- осознание необходимости изучения правил поведения в необычных, нестандартных и чрезвычайных ситуациях, овладение умением ориентироваться в них;
- воспитание способности к восприятию и оценке жизненных ситуаций, таящих в себе опасность, и приобретение опыта их преодоления;
- формирование представлений о причинах возникновения опасных ситуаций, правилах безопасного поведения в них ;
- воспитание самоконтроля и самооценки поведения в опасных для здоровья и жизни ситуациях, развитие умения предвидеть последствия своего поведения;

Место учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в

В соответствии с учебным планом общее количество времени на учебный год составляет 34 часа. Недельная нагрузка составляет 1 час, при 34 учебных неделях.

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Личностные результаты:

- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;

- развитие способности и готовности к саморазвитию и личностному самоопределению;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- формирование системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых жизненных установок, социальных компетенций;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- формирование потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

Познавательные УУД:

- анализ ситуаций, влияющих положительно и отрицательно на самочувствие и здоровье человека;
- сравнение примеров опасного и безопасного поведения;
- планирование и организация своей жизни и деятельности с учетом безопасности;
- обобщение изученного материала, формулирование выводов о возможных причинах возникновения опасных ситуаций;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии устанавливать причинно - следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- решать творческие задачи, представлять результаты своей деятельности в различных видах публичных выступлений, в том числе с использованием наглядных средств (высказывание, монолог, беседа, сообщение, презентация, дискуссия и др.), а также в виде письменных работ;
- с помощью педагога эффективно запоминать и систематизировать информацию.

Коммуникативные УУД:

- уметь организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.
- организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- использовать информационно-коммуникационные технологии.

Регулятивные УУД:

- понимать цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности;
- осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач по предмету.
- соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- регулировать способ выражения эмоций;

– умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения.

Предметные результаты

В результате изучения курса "Основы безопасности жизнедеятельности" обучающиеся научатся:

- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- анализировать состояние своего здоровья;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице, в лифте, в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- характеризовать причины и последствия пожаров в быту и на природе;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- оказывать первую помощь при переломах;

Обучающиеся получают возможность научиться:

- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять права покупателя;
- использовать здоровьесберегающие технологии для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, в том числе его физической, психической и социальной составляющих;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- характеризовать различные повреждения и травмы, наиболее часто встречающиеся при пожарах, пользовании электроприборами, бытовой химией и их возможные последствия для здоровья;
- оказывать первую помощь при поражении электрическим током;

– использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных.

Рабочая программа данного учебного предмета сформирована с учётом рабочей программы воспитания. Воспитательный потенциал данного учебного предмета обеспечивает реализацию следующих базовых ценностей:

- формирование российской гражданской идентичности, принадлежности к общности граждан Российской Федерации, к народу России как источнику власти в российском государстве и субъекту тысячелетней Российской государственности, изучение и уважение прав, свобод и обязанностей гражданина Российской Федерации;
- воспитание любви к родному краю, Родине, своему народу, уважения к другим народам России; историческое просвещение, формирование российского национального исторического сознания, российской культурной идентичности;
- воспитание на основе духовно-нравственной культуры народов России, традиционных религий народов России, формирование традиционных российских семейных ценностей; воспитание честности, доброты, милосердия, сопереживания, справедливости, коллективизма, дружелюбия и взаимопомощи, уважения к старшим, к памяти предков, их вере и культурным традициям;
- формирование эстетической культуры на основе российских традиционных духовных ценностей, приобщение к лучшим образцам отечественного и мирового искусства;
- формирование культуры здорового образа жизни и эмоционального благополучия — развитие физических способностей с учётом возможностей и состояния здоровья, навыков безопасного поведения в природной и социальной среде, чрезвычайных ситуациях;
- воспитание уважения к труду, трудящимся, результатам труда (своего и других людей), ориентации на трудовую деятельность, получение профессии, личностное самовыражение в продуктивном, нравственно достойном труде в российском обществе, на достижение выдающихся результатов в профессиональной деятельности;
- формирование экологической культуры, ответственного, бережного отношения к природе, окружающей среде на основе российских традиционных духовных ценностей, навыков охраны, защиты, восстановления природы, окружающей среды;
- воспитание стремления к познанию себя и других людей, природы и общества, к получению знаний, качественного образования с учётом личностных интересов и общественных потребностей.

При планировании уроков учитываются жизненный опыт/ценностные ориентиры обучающихся с учётом воспитательных базовых ценностей, реализуются воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся, организуется шефство мотивированных успевающих обучающихся над их неуспевающими одноклассниками, дающее обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи.

Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания:

налаживание эмоционально-положительного взаимодействия обучающихся с окружающими для их успешной социальной адаптации и интеграции в школе;

- формирование доброжелательного отношения к обучающимся;
- построение деятельности с учётом индивидуальных, возрастных и психофизиологических особенностей и возможностей каждого обучающегося с ОВЗ;
- использование адекватных возрасту и физическому и (или) психическому состоянию обучающегося с ОВЗ методов обучения, воспитания, вспомогательных средств и педагогических приемов;
- применение здоровьесберегающих технологий: организация динамических пауз, подвижных видов деятельности, рациональная смена видов деятельности, формирование комфортной психологической атмосферы в процессе осуществления

- образовательной деятельности;
- применение специального подхода к оценке личностных достижений с учетом психофизических особенностей и особых образовательных потребностей, обучающихся с ЗПР, использование специального инструментария оценивания достижений.

Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» 7кл

Раздел 1. Введение. Окружающая среда и безопасность (2ч).

Проблема здорового образа жизни. Как её решали в древности. Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ. Расширение кругозора. Физическое воспитание в Спарте.

Раздел 2. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека. (14 ч)

Тема 1. Зависит ли здоровье от образа жизни? 2ч

Что такое здоровый образ жизни. Слагаемые здоровья. Отношение человека к окружающим людям и деятельности - важное условие здоровья и эмоционального благополучия.

Тема 2. Физическое здоровье человека. Физическая культура и здоровье. 2ч

Что такое физическое здоровье. Значение физической культуры для здоровья человека. Хорошее физическое состояние обеспечивает здоровье и эмоциональное благополучие человека. Закаливание как способ тренировки организма. Правила личной гигиены. Расширение кругозора. Русская баня и здоровье; польза закаливания

Тема 3. Правильное питание 4ч

Правила рационального питания, соблюдение которых позволяет поддерживать здоровье. Белки — строительный материал для организма; углеводы и жиры — источник энергии для организма. Продукты питания как экологический фактор. Питание и болезни. Диета.

Расширение кругозора. Чемпион среди круп по содержанию белков. Благоприятное воздействие зелёного чая.

Тема 4. Психическое здоровье человека. 2ч

Психическое здоровье — эмоциональное благополучие человека. Способность управлять эмоциями, спокойно решать возникающие проблемы. Использование релаксационных упражнений как средства регулирования своего эмоционального состояния, развитие способности «властвовать собой». Воздействие шумов на организм человека. Компьютер и здоровье. Информационная безопасность.

Тема 5. Социальное здоровье человека. 2ч

Человек — социальное существо, член общества. Социальная среда — обязательное условие развития человека. Отношения с окружающими людьми — показатель социального здоровья человека. Общение — ценная деятельность человека. Учение — социально важная деятельность, обеспечивающая прогресс общества. Круг интересов человека. Фанаты и поклонники. Расширение кругозора. Дети-маугли

Тема 6. Репродуктивное здоровье подростков и его охрана. 2 ч

Репродуктивное здоровье — способность человека к воспроизведению. Половое созревание — особенность подросткового и юношеского возраста. Подготовка организма к деторождению. Чистота тела — одно из условий репродуктивного здоровья. Риски старшего подросткового возраста.

Раздел 3. Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни (16 ч)

Тема 7. Поведение при пожаре. 4ч

Пожар — чрезвычайная ситуация. Причины пожаров. Поражающие факторы пожара. Правила пожарной безопасности. Безопасность во время праздничных фейерверков. Организация эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения. Помощь при ожогах.

Тема 8. Чрезвычайные ситуации в быту. 5ч

Залив жилища. Причины заливов помещений. Правила поведения при заливах. Электричество при неправильном использовании может быть опасным. Правила пользования электроприборами. Оценка обстановки при электротравмах, первая помощь. Правила пользования газовыми приборами. Первая помощь при отравлении бытовым газом. Правила безопасности при пользовании бытовой химией.

Тема 9. Разумная предосторожность. Опасные игры. 6ч

Досуг в городе; каких мест лучше избегать. Как вести себя на улице. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении. Подручные средства самообороны.

Места, где играть запрещено. Опасности, которые скрывает карьер. Неразорвавшиеся боеприпасы. Экстрим в игре и спорте.

Расширение кругозора. Уголовный кодекс РФ о проникновении в чужое жилище

Повторение и обобщение по теме «Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни» . Итоговая контрольная работа. 1ч

Итоговое повторение и обобщение курса ОБЖ 7 кл. (2 ч)

Тематическое планирование по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» 7 кл

| № п/п | Наименование темы | Количество часов |
|-------|---|------------------|
| | Раздел 1. Введение. Окружающая среда и безопасность | 2 |
| | Раздел 2. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека | 14 |
| 1. | Зависит ли здоровье от образа жизни? | 2 |
| 2. | Физическое здоровье человека. Физическая культура и здоровье | 2 |
| 3. | Правильное питание | 4 |
| 4. | Психическое здоровье человека | 2 |
| 5. | Социальное здоровье человека | 2 |
| 6. | Репродуктивное здоровье подростков и его охрана. | 2 |
| | Раздел 3. Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни | 16 |
| 7. | Поведение при пожаре | 4 |
| 8. | Чрезвычайные ситуации в быту | 5 |
| 9. | Разумная предосторожность. Опасные игры. | 6 |
| 10. | Обобщающий урок по теме «Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни». Итоговая контрольная работа | 1 |
| | Повторительно-обобщающий урок за курс ОБЖ 7 кл | 2 |
| | Итого | 34 |

Электронные образовательные ресурсы

| Название ЭОР | Режим доступа | Номер темы |
|---|---|------------|
| Основная поисковая система сети Интернет | www.yandex.ru | 1-11 |
| Портал дистанционного обучения Интерактивные курсы по | http://do2.rcokoit.ru | 1-11 |

| | | |
|--|---|------|
| основным предметам школьной программы. | | |
| Интерактивные уроки по всему школьному курсу с 1-го по 11-й класс лучших учителей страны | https://resh.edu.ru/ | 1-11 |
| Интернет урок Библиотека видеоуроков по школьной программе | https://interneturok.ru/ | 1-11 |

Материально-технические ресурсы

| Наименование | Количество |
|---|------------|
| Ноутбук | 1 |
| Проектор | 1 |
| Экран | 1 |
| Интерактивная доска «Этапы эвакуации при природных катаклизмах и чрезвычайных ситуациях техногенного характера» | 1 |
| Тренажер для проведения сердечно- легочной реанимации «Александр» | 1 |

