

Приложение к адаптированной основной образовательной программе основного общего образования для обучающихся с задержкой психического развития в МАОУ «Школа №58» КГО, утвержденной приказом директора № 156-о/ д от 27.08.2024 года

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
«Школа № 58»  
Камышловского городского округа

Рассмотрено  
на заседании педагогического совета  
протокол № 1 от 27.08.2025 года

Утверждена  
приказом директора № 159 -о\д  
от 29.08.2025 года

**АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА  
«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ И ЗАЩИТЫ РОДИНЫ»  
7 КЛАСС**

Составитель:  
Шейбак В.Л.

## **1.Общая характеристика и коррекционно-развивающее значение предмета**

Учебный предмет «Основы безопасности и защиты Родины» является обязательным для изучения на уровне основного общего образования и является одной из составляющих предметной области «Основы безопасности и защиты Родины».

Изучение учебного предмета «Основы безопасности и защиты Родины» способствует получению обучающимися знаний, умений, навыков и компетенций личной безопасности в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций социально сложного и технически насыщенного окружающего мира.

Целью изучения учебного предмета «Основы безопасности и защиты Родины» на уровне основного общего образования является формирование у обучающихся базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства

Достижение этих целей применительно к обучающимся с задержкой психического развития обеспечивается решением следующих задач:

- освоение обучающимися с ЗПР знаний о безопасном поведении в повседневной жизнедеятельности;
- понимание обучающимися личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности, ценностей гражданского общества, в том числе гражданской идентичности и правового поведения;
- понимание необходимости беречь и сохранять свое здоровье как индивидуальную и общественную ценность;
- понимание необходимости следовать правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- освоение обучающимися с ЗПР умений экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма, терроризма и наркотизма;
- освоение умений использовать различные источники информации и коммуникации для определения угрозы возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- освоение умений предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- освоение умений оказывать первую помощь пострадавшим;
- освоение умений проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;
- освоение умений принимать обоснованные решения в конкретной опасной (чрезвычайной) ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и инди-

видуальных возможностей;

- освоение умений использовать средства индивидуальной и коллективной защиты

Значимость предмета для формирования жизненной компетенции обучающихся с ЗПР заключается в углублении представлений о целостной и подробной картине мира, понимании взаимосвязей между деятельностью человека и состоянием природы; получении навыков и компетенций личной безопасности в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций социально сложного и технически насыщенного окружающего мира; умении распознавать и противостоять психологической манипуляции, социально неблагоприятному воздействию.

Программа определяет базовое содержание по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» в форме и объеме, которые соответствуют возрастным особенностям и особым образовательным потребностям обучающихся с ЗПР.

Овладение учебным предметом «Основы безопасности жизнедеятельности» представляет определенную сложность для данной категории обучающихся с ОВЗ. Это связано со своеобразием психической деятельности обучающихся с ЗПР:

- низким уровнем познавательной активности, вследствие чего обучающиеся овладевают гораздо меньшим объемом знаний и представлений об окружающем мире, чем их нормативно развивающиеся сверстники;
- преимущественно пассивным характером усвоения знаний, которые с трудом актуализируются;
- низким уровнем развития познавательной сферы, трудностями понимания причинно-следственных связей и прогнозирования последствий тех или иных действий;
- недостаточной сформированностью саморегуляции деятельности и поведения.

При адаптации программы основное внимание обращается на овладение обучающимися с ЗПР практическими умениями и навыками, на уменьшение объема теоретических сведений, включение отдельных тем или целых разделов в материалы для обзорного или ознакомительного изучения

Особенности психического развития обучающихся с ЗПР обуславливают дополнительные коррекционные задачи учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности», направленные на развитие мыслительной деятельности, повышение познавательной активности, формирование саморегуляции деятельности и коммуникативных навыков.

Для преодоления трудностей в изучении учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» необходима адаптация объема и характера учебного материала к познавательным возможностям обучающихся с ЗПР: учебный материал необходимо преподносить небольшими порциями, усложняя его постепенно, изыскивать способы адаптации трудных заданий, некоторые темы давать как ознакомительные, теоретический материал рекомендуется изучать в процессе практической деятельности по решению учебных задач (через решение ситуационных задач, практических навыков эвакуации, занятий в игровой форме, изуче-

ние в реальной обстановке возможных в повседневной жизни опасных ситуаций).

Органическое единство практической и мыслительной деятельности обучающихся на уроках ОБЖ способствует прочному и осознанному формированию жизненных компетенций.

Изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» позволяет обучающимся с ЗПР получить систематизированное представление о личном здоровье, здоровом образе жизни, здоровье населения, об опасностях, о прогнозировании опасных ситуаций, оценке влияния их последствий на здоровье и жизнь человека и выработке алгоритма безопасного поведения с учетом своих возможностей.

Содержание видов деятельности определяется особыми образовательными потребностями обучающихся с ЗПР. Помимо широко используемых в ООП ООО общих для всех обучающихся видов деятельности следует усилить специфичные для данной категории подростков, обеспечивающие осмысленное освоение содержания образования по предмету: усиление предметно-практической деятельности с активизацией сенсорных систем; чередование видов деятельности; введение дополнительных заданий, обеспечивающих коррекцию регуляции учебно-познавательной деятельности и контроль собственного результата.

При изучении материала по ОБЖ целесообразно давать алгоритм ответа или наводящие вопросы, использовать план, составленный при подготовке домашнего задания, которые помогут последовательно изложить материал; упражнения, направленные на отработку плохо усвоенного материала, обсуждение ошибок и их устранение

## **2.Содержание учебного предмета «ОБЖ»**

### **Основы безопасности личности, общества и государства**

#### **Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций**

Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины, ураганы, бури, смерчи, сильный дождь (ливень), крупный град, гроза, сильный снегопад, сильный гололед, метели, снежные заносы, наводнения, половодье, сели, цунами, лесные, торфяные и степные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной защиты. Средства индивидуальной и коллективной защиты. Правила пользования ими. Действия по сигналу «Внимание всем!». Эвакуация населения и правила поведения при эвакуации.

#### **Основы противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации**

Терроризм, экстремизм, наркотизм - сущность и угрозы безопасности личности и общества. Духовно- нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму. Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность. Роль нравственных позиций и личных качеств подростков в формировании антитеррористической позиции.

#### **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

##### **Основы здорового образа жизни**

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Здоровый образ

жизни и его значение для гармоничного развития человека. Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте. Психологическая уравновешенность. Стресс и его влияние на здоровье..

### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей. Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах. Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении. Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе. Первая помощь при укусе насекомых и змей.

### **3. Планируемые результаты освоения учебного предмета «ОБЖ»**

#### **Личностные результаты:**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества: воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению
- и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видах деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бе-

режного отношения к окружающей среде;

- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

- формирование у учащихся антиэкстремистского мышления и анти-террористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

#### **Метапредметные результаты:**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

- умение 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;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

#### **Предметные результаты:**

### **Учащийся научится:**

- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- 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;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- оказывать первую помощь при ушибах;

- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

Принципы, методы и приемы работы с детьми с ограниченными возможностями здоровья на уроках ОБЖ.

Особые образовательные потребности различаются у детей разных категорий, поскольку задаются спецификой нарушения психического и физического развития и определяют особую логику построения учебного процесса.

На уроках ОБЖ применяются принципы и правила коррекционной работы:

1. Индивидуальный подход к детям с ограниченными возможностями здоровья.
2. Использование различных средств и методов для предотвращения наступления утомления (чередование умственной и практической деятельности, преподнесение материала небольшими порциями, использование дидактического материала и средств наглядности).
3. Использование методов, активизирующих познавательную деятельность учащихся, развивающую их устную и письменную речь и формирующих необходимые учебные навыки.
4. Создание для учащихся ситуаций успеха, постоянное поощрение за малейшие успехи. Своевременная и тактичная помощь каждому ребенку, развитие в нем веры в свои собственные силы и возможности.

Эффективными приемами коррекционного воздействия на эмоциональную и познавательную сферу детей с отклонениями в развитии являются:

- дидактические игры. Которые связаны с поиском видовых и родовых видов деятельности.
- игровые тренинги и ролевые игры. Способствующие развитию умения общения с другими;
- релаксация.

На уроках применяются следующие методы:

- объяснительно-иллюстративный (информационно-рецептивный);
- репродуктивный;
- частично поисковый (эвристический);
- проблемное изложение;
- исследовательский

**4. Тематическое планирование с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы учебного предмета и возможность использования по этой теме электронных (цифровых) образовательных ресурсов, являющихся учебно-методическими материалами, используемыми для обучения и воспитания различных групп пользователей, представленными в электронном (цифровом) виде и реализующими дидактические возможности ИКТ, содержание которых соответствует законодатель-**



**ству об образовании**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема урока.</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>ЭОР</b>
<b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства.</b>		<b>25</b>	
Раз- дел 2	<b>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.</b>	<b>25</b>	
Тема 1.	<b><i>Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера.</i></b>	<b>3</b>	
1.1.	Различные природные явления и причины их возникновения.	1	
1.2.	Общая характеристика природных явлений.	1	
1.3.	Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера	1	
Тема 2.	<b><i>Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их причины и последствия</i></b>	<b>6</b>	
2.1.	Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия.	1	
2.2.	Защита населения от последствий землетрясений.	1	
2.3.	Правила безопасного поведения населения при землетрясении.	1	
2.4.	Вулканы. Их виды и причины извержения.	1	
2.5.	Последствия извержения вулканов. Защита населения.	1	
2.6.	Оползни и обвалы, их последствия, защита населения.	1	
Тема 3.	<b><i>Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения.</i></b>	<b>3</b>	
3.1.	Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия.	1	
3.2.	Защита населения от последствий ураганов и бурь.	1	
3.3.	Смерчи.	1	
Тема 4.	<b><i>Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения.</i></b>	<b>8</b>	
4.1.	Наводнения. Виды наводнений и их причины.	1	
4.2.	Защита населения от последствий наводнений.	1	
4.3.	Действия населения при угрозе и во время наводнения.	1	
4.4.	Сели и их характеристика.	1	
4.5.	Защита населения от селей.	1	
4.6.	Цунами и их характеристика.	1	
4.7.	Защита населения от цунами.	1	
4.8.	Снежные лавины.	1	
Тема 5.	<b><i>Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения.</i></b>	<b>5</b>	
5.1.	Лесные и торфяные пожары и их характеристика.	1	
5.2.	Профилактика пожаров. Защита населения.	1	
5.3.	Инфекционная заболеваемость людей и защита населения.	2	
5.4.	Эпизоотии и эпифитотии.	1	
Раз- дел 3	<b>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</b>	<b>2</b>	
Тема	<b><i>Духовно- нравственные основы противодействия</i></b>	<b>2</b>	

6.	<b><i>терроризму и экстремизму.</i></b>		
6.1.	Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность.	1	
6.2.	Роль нравственных позиций и личных качеств подростков в формировании анти-	1	
<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</b>		<b>7</b>	
Раздел 4	<b>Основы здорового образа жизни.</b>	<b>3</b>	
Тема 7.	<b><i>Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека</i></b>	<b>3</b>	
7.1	Психологическая уравновешенность.	1	
7.2	Стресс и его влияние на человека.	1	
7.3	Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.	1	
Раздел 5	<b>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.</b>	<b>4</b>	
Тема 8.	<b><i>Первая помощь при неотложных состояниях.</i></b>	<b>4</b>	
8.1.	Общие правила оказания первой помощи.	1	
8.2.	Оказание первой помощи при наружном кровотечении.	1	
8.3.	Оказание первой помощи при ушибах и переломах.	1	
8.4.	Общие правила транспортировки пострадавшего.	1	
	<b>Всего часов.</b>	<b>34</b>	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 698875933354843316134420126408267428494147114401

Владелец Ремнева Светлана Алексеевна

Действителен с 17.04.2025 по 17.04.2026