

Министерство образования Свердловской области
Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение Свердловской области
«Североуральская школа-интернат, реализующая адаптированные основные
общеобразовательные программы»



Утверждаю:
Директор ГБОУ СО
«Североуральская школа-интернат»
Е.И. Злобина
Приказ № 98 от «31» августа 2026 г.

Рабочая программа
по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»
7 класс
АООП образования обучающихся с умственной отсталостью
(интеллектуальными нарушениями) (вариант 2)

Составитель: Е.В. Шайхуллина
учитель

Рассмотрено на заседании
Школьного методического объединения
Протокол № 1
от «26» августа 2026 г.

Согласовано:
Зам. директора по УВР
Н.Е. Иванова
«26» августа 2026 г.

Североуральск
2026 г.

Целевой раздел

Нормативно-правовое обеспечение предмета

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральный государственный образовательный стандарт образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) Приказ Минобрнауки России от 19.12.2014 № 1599 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями)»;
3. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 22 марта 2021 г. № 115 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования»;
4. Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 23 августа 2017 г. № 816 «Об утверждении Порядка применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
5. Федеральный перечень учебников, рекомендованных (допущенных) Министерством образования и науки РФ к использованию в образовательном процессе в специальных (коррекционных) образовательных учреждениях на учебный год;
6. Закон Свердловской области от 15 июля 2013 года № 78-ОЗ «Об образовании в Свердловской области»;
7. Закон Свердловской области от 23.10.1995 № 28-ОЗ «О защите прав ребенка» (с последующими изменениями и дополнениями);
8. Постановление Главного санитарного врача Российской Федерации от 28 сентября 2020 г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;
9. Устав государственного бюджетного общеобразовательного учреждения Свердловской области «Североуральская школа-интернат, реализующая адаптированные основные общеобразовательные программы» утвержденный Приказом Министерства образования и молодежной политики Свердловской области от 10.01.2020 г. № 20-Д «Об утверждении устава государственных бюджетных учреждений Свердловской области»;
10. Адаптированная основная общеобразовательная программа образования обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) ОО (приказ № 92 от 31.08.2023 г.);
11. АООП НОО обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.3.) (в соответствии с ФГОС НОО ОВЗ) приказ №76 от 29.08.2024 г.;
12. АООП НОО обучающихся с расстройствами аутистического спектра (вариант 8.4.) (в соответствии с ФГОС НОО ОВЗ) приказ №76 от 29.08.2024 г.;
13. Федеральная адаптированная основная общеобразовательная программа обучающихся с умственной отсталостью (интеллектуальными нарушениями) утвержденная приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24.11.2022 г. № 1026.
14. Приказ Минпросвещения России от 06.11.2024 № 779 «Об утверждении перечня документов, подготовка которых осуществляется педагогическими работниками при реализации основных общеобразовательных программ, образовательных программ среднего профессионального образования».

Пояснительная записка

Основные задачи курса:

- в доступной форме познакомить учащихся с организмом человека и его функциями;
- формировать и развивать гигиенические навыки; - помогать осваивать учащимися навыки здорового образа жизни;
- знакомить с опасностями, которые угрожают человеку в современной повседневной жизни;
- развивать способности анализировать ситуации и учить правильному поведению в чрезвычайных ситуациях;
- познакомить учащихся и помогать осваивать элементарные правила оказания первой медицинской помощи себе и окружающим.

Практические работы и упражнения подбираются и проводятся на каждом уроке в соответствии с темой, поэтому отдельно в тематическом плане практические занятия не предусмотрены. Уроки должны проводиться в игровой доступной форме с использованием различных методов (отмечены ниже) обучения. Программа построена по концентрическому принципу, с поэтапным усложнением и расширением объема знаний обучающихся.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Предлагаемая программа предусматривает изучение 5 разделов с учетом психофизических особенностей обучающихся 7 класса. Программа данного курса составляет 34 часа в год (1 час в неделю).

I раздел. Здоровье как фактор безопасности – 7 часов

II раздел. Безопасность жизни – 8 часов

III раздел. Пожарная безопасность – 10 часов

IV раздел. Безопасность на дороге – 4 часа

V раздел. Природа и безопасность человека – 5 часов

ПРАКТИЧЕСКИЕ РАБОТЫ И УПРАЖНЕНИЯ, ВКЛЮЧАЮЩИЕСЯ В СОДЕРЖАНИЕ УРОКА

- рассматривание таблиц и плакатов и работа с ними;
- отработка гигиенических правил;
- опыты;

- наблюдение и самонаблюдение (вдох – выдох, пульс, стук сердца);
- нахождение месторасположения основных органов и систем организма;
- составление режима дня;
- разучивание гимнастики для глаз и точечного массажа, упражнения для формирования правильной осанки;
- моделирование опасных ситуаций и отработка алгоритма действий при чрезвычайных ситуациях различного характера;
- ситуационно-ролевые игры по правилам дорожного движения;
- экскурсии по темам;
- отработка навыков оказания первой помощи при ссадинах, ушибах, травмах, ожогах, обморожениях.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Предметно-информационная составляющая образованности:

- иметь представление о функциях и возможностях своего организма;
- знать основные правила здорового образа жизни и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- знать признаки, причины и последствия опасных ситуаций;
- осваивать правила безопасного поведения дома, в школе, на улице и в транспорте;
- знать алгоритм выхода из разного рода опасных ситуаций (способы оказания помощи или ее поиск);
- знать последствия различных видов зависимостей для здоровья и способы противодействия этим зависимостям;
- знать нормы поведения в соответствии с законом;
- знать элементарные правила оказания первой медицинской помощи себе и окружающим.

Деятельностно-коммуникативная составляющая образованности:

- использовать полученные знания для укрепления здоровья, безопасного поведения в различных жизненных ситуациях;
- научиться принимать решения и адекватно действовать в криминогенных ситуациях, угрожающих здоровью, жизни человека, окружающей природе;
- уметь решать конфликты мирным путем;

- уметь противостоять любым зависимостям и людям, которые пытаются к ним приобщить.

Учащимся, освоившим программу «ОБЖ» обеспечено достижение воспитательных результатов по трем уровням:

1. Результаты первого уровня: приобретение школьником социальных знаний, понимания социальной реальности и повседневной жизни приобретение обучающимися знаний о принятых в обществе нормах правилах поведения, дорожная грамотность, рекомендациями специалистов по правилам поведения для обеспечения личной безопасности во время пожара, техногенных и социальных ЧС; о способах самостоятельного поиска и нахождения информации в справочной литературе;

2. Результаты второго уровня (формирование позитивного отношения школьника к базовым ценностям нашего общества и к социальной реальности в целом): развитие ценностного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих, к личной безопасности и безопасности окружающих. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и ЧС природного, техногенного и социального характера. Принятие правил поведения во время техногенных аварий. Знания о первой помощи пострадавшим при различных ЧС. Выработка умений общаться со сверстниками и взрослыми.

3. Результаты третьего уровня (приобретение школьником опыта самостоятельного социального действия): Создание поведенческой модели, направленной на развитие коммуникабельности, умение делать самостоятельный выбор, принимать решения, оказывать посильную первую помощь, ориентироваться в окружающем пространстве. Воспитание ответственности у обучающихся за своё поведение. Умение применять полученные знания о безопасном поведении человека в опасных и ЧС природного, техногенного и социального характера. Ориентироваться в дорожных ситуациях. Оценивать своё поведение на дорогах. Воспитание у обучающихся сформированного чувства ответственного отношения к правилам личной и общественной безопасности.

В соответствии с требованиями к результатам АООП данная рабочая программа направлена на достижение учащимися следующих личностных результатов:

- адаптация учащихся к условиям обучения;
- формирование элементарных навыков уважительного отношения к чужому мнению;
- гражданское самосознание и чувство патриотизма;
- 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.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Обучающиеся должны иметь представление:

- об опасных погодных явлениях, наиболее характерных для региона проживания;
- правила безопасного поведения на улицах. Где можно и где нельзя играть;
- об опасности на водоемах.

Обучающиеся должны уметь:

- правильно вести себя на водоеме зимой;
- уметь правильно вести себя при встрече с опасными животными и насекомыми.
- правильно переходить дороги при высадке из транспортных средств
- переходить дорогу, перекресток;
- различать сигналы светофора;
- правильно садиться и выходить из общественного транспорта;
- двигаться по загородной дороге, в том числе группой;
- правильно вести себя при возникновении пожара в общественном месте или в общественном транспорте;
- разговаривать с незнакомыми людьми при звонке в дверь или по телефону;
- соблюдать меры безопасности при пользовании предметами бытовой химии, электрическими, газовыми приборами и печным отоплением;
- оказать первую помощь при отравлении угарным газом;
- действовать при обнаружении загорания в лесу, в поле;
- ориентироваться на местности: определить стороны горизонта по компасу и местным предметам. Завязать 1 -2 вида узлов, развести и погасить костер;
- вызвать «скорую помощь», оказать первую доврачебную помощь при порезах и ссадинах, ушибе, небольшом ожоге, при попадании инородного тела в глаз, ухо и нос, при укусе насекомыми, собакой, кошкой, при кровотечении из носа;
- оказать первую помощь при травме опорно-двигательного аппарата (кисти рук, бедра, колена).

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятия	Количество часов	Основные виды деятельности
Раздел 1: Здоровье, как фактор безопасности жизни			
1	Десантная операция по освобождению острова Шумшу.	1	Просмотр научного фильма.
2	Люди – гении.	1	
3	Рекорды человека.	1	
4	Пищеварение.	1	Беседа на основе видеоматериалов.
5	Понятие о здоровой и полезной пище.	1	
6	Правила поведения за столом.	1	
7	Клетки в нашем организме.	1	
1 четверть – 7 часов			
Раздел 2: Безопасность жизни			
8	Непредвиденный случай: потоп в квартире, захлопнулась дверь.	1	Беседа на основе видеоматериалов.
9	Правила поведения в чрезвычайных ситуациях: нападение хулиганов.	1	
10	Правила безопасного поведения с незнакомыми в подъезде и в лифте.	1	Просмотр научного фильма с последующим обсуждением.
11	Места повышенной криминальной опасности: вокзал, рынки.	1	
12	Алгоритм поведения в общественных местах, при большом скоплении народа.	1	Обсуждение на основе видеоматериалов.
13	Опасности в городе и сельской местности.	1	
14	Службы, которые защищают людей. Сигналы, оповещающие об опасности.	1	Обсуждение на основе видеоматериалов.
15	Безопасное обращение с хлопушками и бенгальскими огнями.	1	

2 четверть – 8 часов			
Раздел 3: Пожарная безопасность			
16	Электричество.	1	Беседы с использованием литературы и видеоматериалов.
17	Причины возгорания электроприборов.	1	
18	Правила тушения электроприборов.	1	
19	Какие пожары нельзя тушить водой.	1	
20	Средства пожаротушения.	1	
21	Единая служба спасения.	1	
22	Ложный вызов и его последствия.	1	
23	Правила безопасного пользования бытовыми электроприборами.	1	
24	«Советы пожарного». Правила поведения при возникновении пожара.	1	
25	Как действовать при возникновении пожара дома.	1	
3 четверть – 9 часов			
Раздел 4: Безопасность на дороге.			
26	Виды транспорта. Скорости движения транспорта.	1	Видеообзор. Узнать для чего нужны правила скоростного режима.
27	Тормозной путь транспортных средств.	1	Знать, что такое скорость движения, тормозной путь. Рассказ о том, как погода влияет на скорость движения.
28	Причины и возможные последствия дорожно-транспортного травматизма.	1	Примеры из видео материалов.
29	Правила безопасного поведения при чрезвычайных ситуациях на железнодорожном транспорте.	1	

Раздел 5: Природа и безопасность человека.			
30	Безопасное поведение с домашними животными, птицей, дикими зверями, насекомыми.	1	Запомнить и выполнять правила поведения при встрече с опасными насекомыми и животными и мерами защиты от них.
31	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1	Овладевать навыками поведения в ситуации.
32	Правила поведения во время лесных пожаров.	1	Составить алгоритм действий.
33	Как ориентироваться в лесу (практическое занятие) Тест «Лесные опасности».	1	Планировать действия, давать полные ответы на вопросы; овладевать навыками самоконтроля.
34	Повторение пройденного материала.	1	Просмотр видеоматериалов.
<i>4 четверть – 9 часов</i>			
Всего за учебный год 34 часа			