

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Департамент Смоленской области по образованию и науке
Комитет образования Администрации муниципального образования
"Вяземский район" Смоленской области
МБОУ СОШ № 1 г. Вязьмы Смоленской области

РАССМОТРЕНО

на заседании
методического
объединения учителей
общественных
дисциплин

Киселева И.А.

Протокол №1 от «30»
августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

на заседании
педагогического совета

Мосенкова Е.Ю.

Протокол №1 от «31»
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора

Н.М. Якушева

Приказ №139/05-02 от «31»
августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»
для обучающихся 7 класса

автор: Хвастов В.А.- преподаватель-организатор ОБЖ

г.Вязьма 2023 год

Пояснительная записка

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности (далее – ОБЖ) разработана на основе Концепции преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (утверждена Решением Коллегии Министерства просвещения Российской Федерации, протокол от 24 декабря 2018 г. № ПК-1вн), требований к результатам освоения программы основного общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте (далее – ФГОС) основного общего образования (утверждён приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 г. № 287) с учётом распределённых по модулям проверяемых требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования по учебному предмету ОБЖ, федеральной рабочей программы воспитания.

Настоящая Программа обеспечивает:

ясное понимание обучающимися современных проблем безопасности и формирование у подрастающего поколения базового уровня культуры безопасного поведения;

прочное усвоение обучающимися основных ключевых понятий, обеспечивающих преемственность изучения основ комплексной безопасности личности на следующем уровне образования;

возможность выработки и закрепления у обучающихся умений и навыков, необходимых для последующей жизни;

выработку практико-ориентированных компетенций, соответствующих потребностям современности;

реализацию оптимального баланса межпредметных связей и их разумное взаимодополнение, способствующее формированию практических умений и навыков.

Цели изучения предмета

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначен для: - формирования у учащихся основных понятий об опасности и чрезвычайных ситуациях в повседневной жизни, об их последствиях для здоровья и жизни человека; - выработки у них сознательного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности окружающих; - приобретения учащимися способностей сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных и угрожающих условиях и умения адекватно реагировать на различные опасные ситуации с учетом своих возможностей; - формирования у учащихся антиэкстремистского и антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков.

Учебный курс «Основ безопасности жизнедеятельности» в основной школе должен достигнуть и решить определенные цели и задачи.

Цели:

- безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

- понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;

- принятие учащимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи, справедливости судов и ответственности власти;

- антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;

- отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в частности наркотиков;

- готовность и способность учащихся к нравственному самоконтролю и самосовершенствованию.

Место предмета в учебном плане.

Преподавание предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» реализуется в общеобразовательном учреждении в объеме 1 часа в неделю, за счет времени регионального компонента, 34 часа в год. Содержание программы направлено на освоение учащимися знаний, умений и навыков на базовом уровне, что соответствует Образовательной программе школы, которая включает все темы, предусмотренные региональным компонентом государственного образовательного стандарта основного общего образования по ОБЖ и авторской программой учебного курса.

Планируемые результаты освоения учебного предмета.

Личностные, метапредметные, предметные результаты освоения учащимися курса «Основы безопасности жизнедеятельности».

Изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации (ЧС) и в случае их наступления правильно действовать.

Личностные результаты обучения:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в ЧС, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

- формирование понимания ценности здорового 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 обучающихся 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 учетом устойчивых познавательных процессов;

- 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 нем взаимопонимания;

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

- развитие правового мышления и компетенции 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 видов деятельности;

- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного, бережного 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 антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Предметные результаты обучения:

- формирование 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;

- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;

- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

- 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 и терроризма;

- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;

- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личной позиции;

- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;

- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;

- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- умение оказать первую помощь пострадавшим;

- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;

- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Метапредметными результатами обучения:

Регулятивные УУД:

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

- 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 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;

Познавательные УУД:

- 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;

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

Коммуникативные УУД:

- 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;

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

Преобладающей формой текущего контроля выступает устный опрос (собеседование) и периодически - письменный (самостоятельные работы или контрольное тестирование).

Знания и умения обучающихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.

Содержание учебного предмета.

Структура курса «Основы безопасности жизнедеятельности» при модульном построении содержания основного общего образования включает в себя два учебных модуля и пять разделов.

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства.

Раздел 1-2. Основы комплексной безопасности. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.

Тема 1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера.

Различные природные явления и причины их возникновения. Строение оболочки земли: литосфера, атмосфера, гидросфера и биосфера. Круговорот веществ и энергии в географической оболочке. Общая характеристика природных явлений. Природные явления геологического, метеорологического, гидрологического, биологического и космического происхождения, их характеристика, возникновение опасности для жизнедеятельности

человека. Опасные и чрезвычайные ситуации. Общие понятия и определения. ЧС природного характера.

Тема 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения.

Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия. Геологические процессы, происходящие в литосфере Земли, в результате которых возникают землетрясения. Очаг, магнитуда, эпицентр, интенсивность землетрясения. Возможные последствия землетрясений. Основные районы на территории России, где вероятность землетрясений велика. Основные принципы защиты населения от землетрясений. Комплекс мероприятий, проводимых по защите населения от последствий землетрясений. Разработка способов повышения устойчивости зданий и сооружений, а также защита от воздействия сейсмических волн. Организация оповещения населения. Обучение населения правилам безопасного поведения в сейсмоопасных районах. Организация аварийно-спасательных работ. Правила безопасного поведения населения при землетрясении в различных ситуациях: если землетрясение застало вас дома, на улице, в школе. Правила безопасного поведения после землетрясения. Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле. Типы вулканов: действующие, дремлющие и потухшие, их характеристики, причины и предвестники их извержений. Последствия извержения вулканов. Образование лавовых потоков, вулканических грязевых потоков, выпадение твердых вулканических продуктов, образование палящей вулканической тучи, выделение вулканических газов. Организация защиты населения от последствий извержения вулканов. Оползни, причины их возникновения. Классификация оползней по занимаемой ими площади. Последствия оползней. Организация защиты населения от последствий оползней. Рекомендации населению по действиям при угрозе возникновения оползня.

Обвалы и снежные лавины, их причины и последствия. Организация защиты населения от последствий обвалов и снежных лавин. Рекомендации населению по действиям при угрозе обвалов и схода снежных лавин.

Защита населения от последствий землетрясения. Последствия извержения вулканов и защита населения. Защита населения от оползней.

Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения.

Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия. Циклоны - причина возникновения ураганов и бурь, их строение, скорость перемещения. Последствия ураганов и бурь. Характеристика разрушительной силы ураганов и бурь. Шкала Бофорта, определяющая силу ветра. Воздействие ветра на окружающую среду. Мероприятия по защите населения от последствий ураганов и бурь. Организация непрерывного наблюдения за состоянием атмосферы. Прогноз возникновения циклонов, их перемещение и возможные последствия. Организация оповещения населения об угрозе ураганов и бурь. Рекомендации населению по правилам поведения при получении штормового оповещения о приближении урагана или бури. Смерч, основные понятия и определения. Характеристики смерча, разрушительная сила смерча и его возможные последствия. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время смерча. Защита населения от ураганов, бурь, цунами. Снежные лавины.

Тема 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения.

Наводнения, виды наводнений и их причины. Природные явления гидрологического происхождения, вызывающие наводнения. Возможные последствия наводнений. Основные мероприятия, проводимые по защите населения от последствий наводнений. Прогнозирование наводнений, строительство защитных сооружений, оповещение населения,

организация эвакуации и спасательных работ, подготовка населения к действиям при угрозе и во время наводнения. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения. Сели и их характеристика, причины возникновения селей, их последствия. Защита населения от селевых потоков. Рекомендации населению, проживающему в селеопасных районах. Цунами и их характеристика. Причины возникновения цунами, их возможные последствия. Организация защиты населения от последствий цунами. Подготовка населения к безопасному при угрозе возникновения цунами, во время цунами и после него.

Тема 5. Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения.

Лесные и торфяные пожары, виды пожаров, классификация и их характеристика. Последствия лесных и торфяных пожаров для населения и окружающей среды. Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения от лесных пожаров. Общие рекомендации по безопасному поведению при нахождении вблизи очага пожара в лесу. Инфекционные болезни человека, причины их возникновения. Классификация инфекционных болезней по способу передачи инфекции от больного человека к здоровому. Эпидемия, ее характеристика, опасность для населения. Эпидемический процесс и факторы, его определяющие. Противоэпидемические мероприятия и защита населения. Характеристика некоторых наиболее распространенных инфекционных заболеваний и их профилактика. Комплекс мероприятий, проводимых для защиты населения от массовых инфекционных заболеваний. Правила личной гигиены для профилактики инфекционных заболеваний. Инфекционные болезни животных и растений. Причины их возникновения, краткая характеристика. Противоэпизоотические и противоэпифитотические мероприятия.

Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.

Тема 6. 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 антитеррористического поведения. Терроризм и экстремизм их причины и последствия. Как действовать в опасных ситуациях, связанных с проявлением экстремизма и терроризма

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Раздел 4. Основы здорового образа жизни.

Тема 7. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека.

Психологическая уравновешенность, ее значение в формировании системы здорового образа жизни и обеспечения личной безопасности. Качества, необходимые для повышения уровня психологической уравновешенности. Психологическая уравновешенность и умение завести друзей.

Общие понятия и определения стресса. Стресс и стадии развития общего адаптационного синдрома. Влияние стресса на состояние здоровья человека. Содержание общих принципов борьбы со стрессом.

Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте. Особенности развития организма человека в подростковом возрасте. Физическое развитие, индивидуальные особенности внешнего облика человека. Различия в развитии мальчиков и девочек. Соблюдение правил личной гигиены в подростковом возрасте. Особенности

психического развития человека в подростковом возрасте. Формирование основных качеств взрослого человека.

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.

Тема 8. Первая помощь при неотложных состояниях.

Общие понятия и определения первой медицинской помощи, доврачебной помощи, первой врачебной помощи. Общий порядок действий при оказании первой медицинской помощи. Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении: при незначительных ранах, при сильном кровотечении. Оказание первой медицинской помощи при артериальном и венозном кровотечении. Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах. Общие правила транспортировки пострадавшего.

Тематическое планирование по разделам и темам программы 7 класса.

№ / №	Наименование модуля, раздела (темы)	Кол-во часов	В том числе	
			Тестирование	Контрольные работы
	Модуль 1: «Основы комплексной безопасности личности, общества и государства.»	26		
	Раздел 1-2. Основы комплексной безопасности. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.	24		
1	Тема - Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера.	3	1	
2	Тема - Чрезвычайные ситуации геологического происхождения.	6	1	
3	Тема - Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения	3	1	
4	Тема - Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения.	8	2	
5	Тема - Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения.	4	1	
	Раздел 3. «Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации».	2		
6	Тема – Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму.	2	1	
	Модуль 2. «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни».	10		
	Раздел 4. «Основы здорового образа жизни».	3		
7	Тема - Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека.	3	1	
	Раздел 5. «Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи».	4		
8	Тема - Первая помощь при неотложных состояниях. Контрольная работа по курсу 7 класса.	4		1
	Всего часов:	34		

Календарно-тематическое планирование.

№/ №	Наименование модуля, раздела, темы, урока	Часы	№ урока	Плани руемы е сроки
	М–I. Основы безопасности личности, общества и государства.	26		
	Р–I,II. Основы комплексной безопасности. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.	24		
	Тема1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера.	3		
1	1.1. Различные природные явления.	1	1	
2	1.2. Общая характеристика природных явлений.	1	2	
3	1.3. Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера. Тестирование по Теме №-1.1-3.	1	3	
	Тема2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их причины и последствия.	6		
4	2.1. Землетрясения. Причины землетрясения и его возможные последствия.	1	4	
5	2.2. Защита населения от последствий землетрясений.	1	5	
6	2.3. Правила безопасного поведения населения при землетрясении.	1	6	
7	2.4. Расположение вулканов на Земле, извержения вулканов.	1	7	
8	2.5. Последствия извержения вулканов. Защита населения. Тестирование по Теме №-2.1-5	1	8	
9	2.6. Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения.	1	9	
	Тема3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения.	3		
10	3.1. Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия.	1	10	
11	3.2. Защита населения от последствий ураганов и бурь.	1	11	
12	3.3. Смерчи. Тестирование по Теме №-3.	1	12	
	Тема4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения.	8		
13	4.1. Наводнения. Виды наводнений и их причины.	1	13	
14	4.2. Защита населения от последствий наводнений.	1	14	
15	4.3. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения.	1	15	
16	4.4. Сели и их характеристика.	1	16	
17	4.5. Защита населения от последствий селевых потоков. Тестирование по Теме №-4.1-4.	1	17	
18	4.6. Цунами и их характеристика.	1	18	

19	4.7.Защита населения от цунами.	1	19	
20	4.8.Снежные лавины. Тестирование по Теме №-4,5-8.	1	20	
	Тема 5. Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения.	4		
21	5.1.Лесные и торфяные пожары и их характеристика.	1	21	
22	5.2.Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения.	1	22	
23	5.3.Инфекционные заболевания людей и защита населения.	1	23	
24	5.4.Эпизоотии и эпифитотии. Тестирование по Теме №-5.	1	24	
	Р-III Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.	2		
	Тема6. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму.	2		
25	6.1.Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую т экстремистскую деятельность.	1	25	
26	6.2.Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения. Тестирование по Теме №-6.	1	26	
	М-II Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	8		
	Р-IV Основы здорового образа жизни.	4		
	Тема7. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека.	4		
27	7.1.Психологическая уравновешенность.	1	27	
28	7.2.Стресс и его влияние на человека.	1	28	
29	7.3.Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.	1	29	
30	7.3.1.Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних Тестирование по теме №7.	1	30	
	Р-V Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.	4		
	Тема 8. Первая помощь при неотложных состояниях.	4		
31	8.1.Общие правила оказания первой помощи.	1	31	
32	8.2.Оказание первой помощи при наружном кровотечении.	1	32	
33	8.3.Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах	1	33	
34	8.4.Общие правила транспортировки пострадавших. Контрольная работа по курсу 7 класса.	1	34	
Всего часов:		34		

Учебно-методическое обеспечение. Интернет-ресурсы.

Школьный учебник для 7 класса «Основы безопасности жизнедеятельности» (Хренников Б.О., Гололобов Н.В., Москва. Издательство «Просвещение», 2023 г.).

Дополнительная литература

УМК под редакцией А.Т. Смирнова дополняют методические и справочные издания издательства «Просвещение»:

Смирнов А.Т., Хренников Б.О. и др. Основы безопасности жизнедеятельности. Справочник для учащихся. 5-11 кл.

Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы. Поурочные Смирнов А.Т., Хренников Б.О. разработки. Пособие для учителей и методистов.

Оборудование и приборы

1. Комплект плакатов «Оказание первой медицинской помощи».
2. Аптечка первой медицинской помощи, шины, резиновый жгут, бинты.
3. Персональный компьютер.
4. Мультимедийный проектор.

Интернет ресурсы:

- Единое образование;
- Инфоурок