

Рассмотрено на ШМО  
Согласовано с зам.директора по УВР  
Утверждено Приказом №1/19 от 01.09.2023 г.

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Камчатского края**

**Управление образования Администрации Елизовского муниципального  
района**

**МБОУ "Елизовская средняя школа № 3"**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ  
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Составил: Хотеев Сергей Андреевич  
Преподаватель –организатор ОБЖ  
МБОУ «ЕСШ № 3»  
Класс: 7  
Всего часов в год - 34

**г. Елизово 2023год**

### **Пояснительная записка.**

Рабочая программа учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для 7-9 классов составлена в соответствии с нормативными документами, регулирующими составление и реализацию рабочих программ учебных курсов:

- Федеральный Закон от 29.12. 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 02.03.2016; с изм. и доп., вступ. в силу с 01.07.2016);
- Федеральный закон «О внесении изменений в статьи 11 и 14 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 03.08.2018 N 317-ФЗ»;
- Постановление Главного государственного санитарного врача России от 02.12.2020 № 39 « О внесении изменения в постановление Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 30.06.2020 № 16 "Об утверждении санитарно- эпидемиологических правил СП 3.1/2.4.3598-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации работы образовательных организаций и других объектов социальной инфраструктуры для детей и молодежи в условиях распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19)";
- Приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (в ред. приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 № 1644);
- Приказ от 31.12.2015 № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897»;
- Приказ Минпросвещения России от 20 мая 2020 года №254 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность»;
- Приказ Минпросвещения России от 23 декабря 2020 года №766 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 20 мая 2020 года №254»;
- Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ «ЕСШ № 3» на 2023-2024 учебный год».

Рабочая программа составлена на основе авторской программы по ОБЖ авторов Виноградова Н.Ф., Смирнов Д.В., Сидоренко Л.В., Таранин А.Б.

УМК отвечает требованиям Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

## **Планируемые результаты обучения**

### **Личностные результаты обучения:**

- 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 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 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 видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её 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, потребностей 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 личностной 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 информационно-коммуникационных технологий;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

## Содержание учебного предмета ОБЖ

### 7 класс (34 часа) Введение.

#### **Основы безопасности жизнедеятельности.**

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

#### **Здоровый образ жизни. Что это?**

Что такое здоровый образ жизни. Слагаемые здоровья. 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

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

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 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

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

#### **Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни**

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.

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 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. Экстрим в игре и спорте. Неразорвавшиеся боеприпасы.

Расширение кругозора. Уголовный кодекс РФ о проникновении в чужое жилище

### **Итоговое контрольное тестирование . Итоговое повторение и обобщение**

#### **Тематическое планирование учебного предмета**

#### **« ОБЖ »**

**7 класс. 34 часа**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Кол-во часов</b>
1	Введение. Цели предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»	2 часа
2	Зависит ли здоровье от образа жизни? Физическое здоровье человека	4 часа
3	Правильное питание	4 часа
4	Психическое здоровье человека	2 часа
5	Социальное здоровье человека	2 часа
6	Репродуктивное здоровье подростков и его охрана	3 часа
7	Как вести себя при пожаре. Чрезвычайные ситуации в быту	9 часов
8	Разумная предосторожность. Опасные игры	6 часов
9	Итоговое контрольное тестирование за 7кл	1 час
10	Итоговое повторение и обобщение	1 час
	<b>Итого</b>	<b>34 часа</b>

## Календарно-тематическое планирование 7 класс ( 34 часа)

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Дата план	Дата факт
<b>Введение. (2 часа)</b>				
1	Цели предмета ОБЖ	1		
2	Окружающая среда и безопасность.	1		
<b>Здоровый образ жизни. Что это? (14 часов)</b>				
3	Зависит ли здоровье от образа жизни?	1		
4	Слагаемые здоровья	1		
5	Значение физической культуры для здоровья человека.	1		
6	Закаливание как способ тренировки организма.	1		
7	Правила рационального питания	1		
8	Продукты питания как экологический фактор.	1		
9	Питание и болезни. Диета.	1		
10	Психическое здоровье — эмоциональное благополучие человека.	1		
11	Компьютер и здоровье. Информационная безопасность	1		
12	Человек — социальное существо.	1		
13	Круг интересов человека. Фанаты и поклонники.	1		
14	Репродуктивное здоровье.	1		
15	Риски старшего подросткового возраста	1		
16	Обобщение пройденного	1		
<b>Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни (18 часов)</b>				
17	Пожар. Причины пожаров.	1		
18	Правила пожарной безопасности.	1		
19	Организация эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения.	1		
20	Помощь при ожогах.	1		
21	Залив жилища.	1		
22	Правила пользования электроприборами.	1		
23	Первая помощь при электротравмах.	1		

24	Правила пользования газовыми приборами.	1		
25	Правила безопасности при пользовании бытовой химией.	1		
26	Обобщение пройденного	1		
27	Досуг в городе; каких мест лучше избегать.	1		
28	Меры предосторожности в лифте и на лестнице.	1		
29	Правила поведения при нападении. Самооборона.	1		
30	Места, где играть запрещено. Опасности, которые скрывает карьер.	1		
31	Экстрим в игре и спорте.	1		
32	Неразорвавшиеся боеприпасы.	1		
33	Контрольное тестирование	1		
34	Обобщение пройденного	1		
	Итого	34 часа		

## **Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса**

### **Для преподавателя:**

- учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» для 8-9 класса, Н.Ф. Виноградова; Д.В. Смирнов; Л.В. Сидоренко; А.Б. Таранин – 3 –е изд., перераб. – М.; Вентана - Граф, 2021г. ил. – (Российский учебник).
- методическое пособие «Основы безопасности жизнедеятельности» для 8—9 классы, Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В.— М.: Вентана –Граф, 2021г.
- рабочая программа для 8-9 классы, «Основы безопасности жизнедеятельности», Виноградова Н.Ф.- М.; Вентана- Граф, 2021г.

### **Мультимедийные издания:**

- энциклопедия «Основы безопасности жизнедеятельности» для детей и подростков;
- ПДД в картинках;
- «ПДД для подростков»;
- «Пожары и наводнения»;

- «Землетрясения»;
- «Оказание первой медицинской помощи».

### **Экранно-звуковые пособия:**

- Видеофильмы по основным темам и разделам курса ОБЖ в основной школе. Аудиозаписи для проведения занятий.
- Интерактивная доска.

### **Учебно-практическое оборудование**

- - Набор плакатов «Оказание первой медицинской помощи».
- - Набор наглядных пособий.
- Аудиторная доска с магнитной поверхностью и набором приспособлений для крепления таблиц. - противогазы, респираторы, аптечка индивидуальная (АИ-2), противохимические пакеты;

### **Для обучающихся:**

- учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» для 8-9 класса, Н.Ф. Виноградова; Д.В. Смирнов; Л.В. Сидоренко; А.Б. Таранин – 2 –е изд., – М.; Вентана - Граф, 2019 г. ил. – (Российский учебник).
- книга рекордов Гиннеса, Н.А. Кочнева, ООО «Издательство АСТ», 2009 г.;
- правила дорожного движения, ООО «АТБЕРГ 98», 2013 г.;
- Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»; Федеральный закон «О гражданской обороне»; Федеральный закон «О пожарной безопасности»; Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»; Федеральный закон «О противодействии терроризму»;
- Дополнительный материал по курсу ОБЖ можно найти на сайте: <http://www.window.edu.ru> «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» раздел — Федеральные образовательные порталы— Единое окно доступа к образовательным ресурсам, общее образование— «Основы безопасности жизнедеятельности».