

Ростовская область, Целинский район, ст-ца Сладкая Балка  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Сладко-Балковская средняя общеобразовательная школа №13

«УТВЕРЖДАЮ»  
Директор МБОУ Сладко-Балковская  
СОШ №13

Приказ от « 31 » 08. 2022 № 117



Иванча Е.А.

по	РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ОСНОВАМ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
	(указать учебный предмет, курс)
	Уровень общего образования: основное общее 7 класс
	(начальное общее, основное общее, среднее общее образование с указанием класса)
	Количество часов: 34
	Учитель: Аржанов Михаил Юрьевич
	(ФИО)
	Программа разработана на основе: примерной программы основного общего образования ОБЖ 5-11 классы М. П. Фролов, Б.П. Мишин.Астрель, Москва.
	(указать примерную программу/программы, издательство, год издания при наличии)

2022 -2023 учебный год

## **Пояснительная записка**

Рабочая программа для курса основы безопасности жизнедеятельности 7 класса разработана на основе нормативных документов:

- Федеральные образовательные стандарты (ФГОС) основного общего образования (ФГОС ООО) 2010г.;

- Основная образовательная программа основного общего образования в соответствии с ФГОС (5-9) классы Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения Сладко -Балковская средняя общеобразовательная школа №13;

- Положение МБОУ Сладко – Балковская СОШ №13 о структуре, порядке рассмотрения и утверждения рабочих программ учебных курсов, предметов, дисциплин (модулей) 2020г.

-Примерная программа основного общего образования: ОБЖ 5-11 классы М. П. Фролов, Б.П. Мишин. Астрель, Москва.

Рабочая программа реализуется по УМК: М. П. Фролов, Б.П. Мишин, В. П. Шолох, М. В. Юрьева под ред. Ю.Л.Воробьева; Москва. 2016 г

Программа рассчитана на 1 часа в неделю (34 ч.).

Учебный курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной школе строится так, чтобы были достигнуты следующие **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;
- анти экстремистское мышление и антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию.

### **Задачи:**

- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся анти экстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

## **Планируемые результаты освоения курса ОБЖ 7 класс.**

### **Результаты освоения учебного предмета**

**Личностными** результатами являются:

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

-развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих -защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

-формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного ,бережного отношения к окружающей среде

- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять -правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному -здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

**Метапредметными** результатами являются:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

**Предметными** результатами являются:

### **1. В познавательной сфере:**

- знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

### **2. В ценностно-ориентационной сфере:**

- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умения анализировать явления и события техногенного характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

### **3. В коммуникативной сфере:**

- умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

#### **4.В эстетической сфере:**

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.

#### **5.В трудовой сфере:**

- знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни: локализация возможных опасных ситуаций,

связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

- умения оказывать первую помощь.

#### **6. В сфере физической культуры:**

- формирование установки на здоровый образ жизни;

- развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и

физические нагрузки; умение оказывать первую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

### **Содержание учебного предмета ОБЖ 7 класс**

#### **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.

#### **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. 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.

Психическое здоровье — эмоциональное благополучие человека. Способность управлять эмоциями, спокойно решать возникающие проблемы. Использование релаксационных упражнений как средства регулирования своего эмоционального состояния, развитие способности «владеть 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..

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.

### **Тематическое планирование по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» 7 класс на 2022 - 2023 учебный год**

Количество часов по учебному плану – 34

Всего 34 часов, в неделю – 1 час.

Плановых контрольных/практических работ – 5

Планирование составлено на основе:

Примерной программы основного общего образования: ОБЖ 5-11 классы М. П. Фролов, Б.П. Мишин. Астрель, Москва.

УМК: М. П. Фролов, Б.П. Мишин, В. П. Шолох, М. В. Юрьева под ред. Ю.Л.Воробьева; Москва. 2016г.

### **Система оценивания уровня подготовки учащихся.**

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

1. Оценку «5» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает учащийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.

2. Оценку «4» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат в общем соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие

ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4» получает учащийся, набравший 70 – 89% от максимально возможного количества баллов.

3. Оценку «3» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает учащийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.

4. Оценку «2» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает учащийся, набравший 20 - 44% от максимально возможного количества

№ урока	Тема урока	Коли честв о часов	Дата урока	
			По плану	По факту
Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий 20 ч.				
1.	Опасные ситуации и Единая Государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	1	2.09	
2.	Наводнения и причины их возникновения	1	9.09	
3.	Поражающие факторы наводнений и их последствия	1	16.09	
4.	Мероприятия по защите от наводнений. Действия населения при угрозе и во время наводнений	1	23.09	
5.	Ураганы, бури, смерчи и причины их возникновения	1	30.09	
6.	Поражающие факторы опасных метеорологических явлений и их последствия	1	7.10	
7.	Мероприятия по защите от опасных метеорологических явлений. Действия населения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей	1	14.10	
8.	Землетрясения и причины их возникновения	1	21.10	
9.	Поражающие факторы землетрясений и их последствия	1	28.10	
10.	Мероприятия по защите от землетрясений. Действия населения при угрозе и во время землетрясения	1	11.11	
11.	Цунами и причины их возникновения	1	18.11	
12.	Поражающие факторы цунами и их последствия	1	25.11	
13.	Мероприятия по защите от цунами. Действия населения при угрозе и во время цунами	1	2.12	

14.	Обвалы, оползни, сели и причины их возникновения	1	9.12	
15.	Поражающие факторы опасных геологических явлений и их последствия	1	16.12	
16.	Мероприятия по защите от опасных геологических явлений. Действия населения при угрозе возникновения обвалов, оползней и селей и во время их проявления	1	23.12	
17.	Лесные и торфяные пожары и причины их возникновения	1	13.01	
18.	Поражающие факторы лесных и торфяных пожаров и их последствия	1	20.01	
19.	Мероприятия по защите от природных пожаров. Действия населения при угрозе и во время возникновения пожаров	1	27.01	
20.	Общие рекомендации учащимся по поведению при опасных явлениях природы	1	3.02	
<b>Опасные и экстремальные ситуации социального характера и безопасность человека 2ч.</b>				
21.	Основы безопасного поведения в толпе. Паника.	1	10.02	
22.	Терроризм и безопасность человека	1	17.02	
<b>Дорожное движение и безопасность человека 3 ч.</b>				
23.	Дорога и ее элементы	1	3.03	
24.	Участники дорожного движения. Дорожно-транспортное происшествие	1	10.03	
25.	Движение во дворах и жилых зонах	1	17.03	
<b>Оказание первой помощи 6 ч.</b>				
26.	Первоначальная обработка раны. Правила наложения повязок	1	24.03	
27.	Первая помощь при ранениях. Практическое занятие.	1	7.04	
28.	Первая помощь при переломах.	1	14.04	
29.	Первая помощь при переломах.	1	21.04	



	Практическое занятие.			
30.	Первая помощь при переломах. Транспортировка пострадавшего. Практическое занятие.	<b>1</b>	<b>28.04</b>	
31.	Тепловые и солнечные удары. Обморожение.	<b>1</b>	<b>05.05</b>	
<b>Основы здорового образа жизни 3ч.</b>				
32.	Человек и его здоровье	<b>1</b>	<b>12.05</b>	
33.	Факторы, разрушающие здоровье	<b>1</b>	<b>19.05</b>	
34.	Обобщающий урок	<b>1</b>	<b>26.05</b>	

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания методического  
объединения учителей предметников

от «\_\_»\_\_\_\_\_2022 г №\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_Н.С.Дорошенко

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

\_\_\_\_\_Л.А.Закотянская

«\_\_»\_\_\_\_\_2022 г.