



## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» (предметная область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности») – (далее – программа ОБЖ) разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования, представленных в ФГОС СОО, федеральной рабочей программы воспитания, Концепции преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» и предусматривает непосредственное применение при реализации ООП СОО.

Содержание программы ОБЖ выстроено в логике последовательного нарастания факторов опасности от опасной ситуации до чрезвычайной ситуации и разумного взаимодействия человека с окружающей средой, преемственности приобретения обучающимися знаний и формирования у них умений и навыков в области безопасности жизнедеятельности.

Программа ОБЖ обеспечивает реализацию практико-ориентированного подхода в преподавании ОБЖ, системность и непрерывность приобретения обучающимися знаний и формирования у них навыков в области безопасности жизнедеятельности при переходе с уровня основного общего образования; продолжения освоения содержания материала в логике последовательного нарастания факторов опасности: опасная ситуация, экстремальная ситуация, чрезвычайная ситуация и разумного построения модели индивидуального и группового безопасного поведения в повседневной жизни с учётом актуальных вызовов и угроз в природной, техногенной, социальной и информационной сферах.

Программа ОБЖ обеспечивает:

- формирование личности выпускника с высоким уровнем культуры и мотивации ведения безопасного, здорового и экологически целесообразного образа жизни;
- достижение выпускниками базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности, соответствующего интересам обучающихся и потребностям общества в формировании полноценной личности безопасного типа;
- взаимосвязь личностных, метапредметных и предметных результатов освоения учебного предмета ОБЖ на уровнях основного общего и среднего общего образования;
- подготовку выпускников к решению актуальных практических задач безопасности жизнедеятельности в повседневной жизни.

Содержание учебного предмета ОБЖ структурно представлено отдельными модулями (тематическими линиями), обеспечивающими системность и непрерывность изучения предмета на уровнях основного общего и среднего общего образования:

Модуль № 1. «Как улучшить отношения с окружающими».

Модуль № 2. «Безопасность в повседневной жизни».

Модуль № 3. «Безопасность в ситуациях, связанных с транспортом».

Модуль № 4. «Безопасность в криминогенных ситуациях».

Модуль № 5. «Терроризм – угроза обществу и каждому».

Модуль № 6. «Чрезвычайные ситуации природной среде».

Модуль № 7. «Природные пожары».

Модуль № 8. «Чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения».

Модуль № 9. «Первая помощь и правила её оказания».

### **Планируемые результаты освоения учебного предмета**

Изучение курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в 7 классе направлено на достижение следующих результатов:

#### ***Личностные:***

- определение кроме жизненных, личностных и профессиональные ценности.
- простраивание траектории профессионального самоопределения;

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.
- изложение собственного мнения, аргументация своей точки зрения в соответствии с возрастными возможностями;
- формулирование ценностных суждений или своей позиции по изучаемой проблеме, проявление доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- осмысление социально-нравственного опыта.

***Метапредметные:***

- проявлять устойчивую учебно-познавательную мотивацию и интерес к учению; готовность к самообразованию и самовоспитанию.
- ставить проблему, аргументировать её актуальность.
- владеть научной терминологией при выполнении проектных и исследовательских работ.
- ориентироваться в разнообразии способов решения познавательных задач, выбирать наиболее эффективные из них.
- планировать пути достижения образовательных целей, выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач, оценивать правильность выполнения действий;

- формировать умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретать опыт самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий.

*Регулятивные:*

- самостоятельно анализировать условия достижения цели на основе учёта выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале.
- устанавливать целевые приоритеты.
- принимать решения в проблемной ситуации на основе переговоров.
- адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации.
- ставить репродуктивные вопросы (на воспроизведение материала) по изученному материалу;
- адекватно воспринимать предложения и оценку учителей, товарищей, родителей и других людей;
- планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
- логически строить рассуждение, выстраивать ответ в соответствии с заданием, целью (сжато, полно, выборочно).

### *Коммуникативные:*

- организовывать и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками, определять цели и функции участников, способы взаимодействия; планировать общие способы работы.
- работать в группе — устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации;
- отображать в речи (описание, объяснение) содержание совершаемых действий как в форме громкой социализированной речи, так и в форме внутренней речи.
- определять свою роль в учебной группе, оценивать вклад всех участников в общий результат;
- адекватно использовать речевые средства для эффективного решения коммуникативных задач;
- договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;
- проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач;
- учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве.

### **Предметные результаты:**

- 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 защите Отечества;
    - Формирование установки на здоровый образ жизни, исключая 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 мер безопасности и правил поведения и умение их применять 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; готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;
- Умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- Овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Выпускник основной школы *научится*:

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности; - основные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях; - законодательную и нормативно-правовую базу Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз и по организации борьбы с терроризмом; - наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию; - основные виды террористических актов, их цели и способы осуществления; - правила поведения при угрозе террористического акта; - государственную политику противодействия наркотизму;

## **Содержание учебного предмета 7 класс.**

### **Раздел 1. Как улучшить отношения с окружающими.**

Стресс и стрессовые ситуации. Методы самовнушения, самоубеждения и самоприказа в борьбе со стрессом. Как избежать конфликтной ситуации. Побег из дома. Единый общероссийский телефон доверия для детей, подростков и их родителей. Как не стать жертвой принуждения к самоубийству (суициду). Как противостоять опасностям вовлечения в группы смерти.

### **Раздел 2. Безопасность в повседневной жизни.**

Пожар на кухне, на балконе. Меры предосторожности при работе с печью. Меры предосторожности при использовании электроприборов. Средства бытовой химии.

### **Раздел 3. Безопасность в ситуациях, связанных с транспортом.**

Зоны опасности на железной дороге. «Зацеперы». Поездка в поезде дальнего следования. Аварийная ситуация в поезде дальнего следования. Безопасность в метрополитене. Безопасное поведение на дорогах и улицах. Причины ДТП. Перевозка пассажиров.

### **Раздел 4. Безопасность в криминогенных ситуациях.**

Безопасность на улице. Безопасность в городском транспорте. Как обеспечить свою безопасность в квартире. Осторожно: мошенничество. Понятие «наркотизм». Противодействие наркотизму.

### **Раздел 5. Терроризм – угроза обществу и каждому.**

Государственное законодательство о борьбе с терроризмом. Основные задачи Национального антитеррористического комитета (НАК). Особенности современного терроризма. Виды современной террористической деятельности. Телефонные террористы. Как действуют вербовщики террористических организаций. Статьи Уголовного кодекса Российской Федерации, предусмотренные за террористическую деятельность, в том числе лиц, которым исполнилось на момент преступления 14 лет. Формирование антитеррористического поведения.



## **Раздел 6. Чрезвычайные ситуации природного характера.**

Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Землетрясение. Извержения вулканов. Оползни. Сели. Что нужно делать при поступившем сигнале о начале стихийного бедствия геологического происхождения. Ураганы и бури. Смерчи. Правила поведения при чрезвычайных ситуациях метеорологического происхождения. Наводнения, их виды. Сели, цунами. Снежные лавины. Правила поведения при чрезвычайных ситуациях гидрологического происхождения. Защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного характера.

## **Раздел 7. Природные пожары.**

Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары. Правила безопасности при возникновении лесных и торфяных пожаров. Средства и способы, которые используются при тушении лесных пожаров.

## **Раздел 8. Чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения.**

Понятия «эпидемия», «пандемия». Пандемия коронавируса. Правила профилактики коронавируса. Понятия «эпизоотический очаг», «панзоотия». Признаки инфекционных заболеваний животных. Понятия «эпифитотия», «панфитотия». Признаки инфекционных заболеваний растений. Защита от эпидемий, эпизоотий, эпифитотий.

## **Раздел 9. Первая помощь и правила её оказания.**

Важность своевременного оказания первой помощи. Первая помощь при электротравме. Первая помощь при кровотечении. Наружные внутренние кровотечения. Виды кровотечения – капиллярное, венозное, артериальное, смешанное. Способы временной остановки наружного кровотечения. Оказание первой помощи при носовом кровотечении. Первая помощь при ушибах и переломах. Способы транспортировки пострадавшего.

Для усвоения основных знаний применяются **следующие формы, методы обучения:**

**формы обучения учащихся на уроке:** общеклассная, групповая, парная, индивидуальная;

**Методы обучения:**

1. Словесные (рассказ, беседа, лекция с элементами беседы);
2. Наглядные (демонстрация плакатов, учебных видео роликов, электронных презентаций, материальной базы);
3. Эвристические – (саморазвитие учащихся, активная познавательная деятельность);
4. Практические (отрабатывание нормативов, решение теоретических и практических задач).

### Тематическое планирование

№	Наименование темы	Количество часов
1	Как улучшить отношения с окружающими	4
2	Безопасность в повседневной жизни	3
3	Безопасность в ситуациях, связанных с транспортом	2
4	Безопасность в криминогенных ситуациях	2
5	Терроризм – угроза обществу и каждому	6
6	Чрезвычайные ситуации природной среде	6

7	Природные пожары	2
8	Чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения	4
9	Первая помощь и правила её оказания	4
	Всего:	33

### *КАЛЕНДАРНО- ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 7 класс*

№ п/п	Тема урока	Количество часов	Дата	
			план	факт
	<i>Как улучшить отношения с окружающими. (4ч)</i>			
	<i>Безопасность в социуме</i>			
1	Стресс и стрессовые ситуации.	1	1.09 – 5.09	
2	Как снизить влияние стресса на поведение и общее состояние человека.	1	6.09 – 12.09	
3	Конфликт – особенности общения.	1	13.09 – 19.09	

4	Безопасность в социальных сетях.	1	20.09 – 26.09	
<b><i>Безопасное поведение в жизни.</i></b>				
<b><i>Безопасность в быту ( Аварийные ситуации, пожары) (3ч.)</i></b>				
5	Пожарная безопасность в помещениях.	1	27.09 – 3.10	
6	Электробезопасность в повседневной жизни.	1	4.10 – 10.10	
7	Средства в бытовой химии	1	18.10 – 24.10	
<b><i>Безопасность в ситуациях связанных с транспортом. (2ч.)</i></b>				
8	Ситуации , связанные с железнодорожным транспортом.	1	25.10 – 31.10	
9	Безопасность в метрополитене	1	1.11 – 7 .11	
<b><i>Безопасность в криминогенных ситуациях. (2ч.)</i></b>				
10	Как избежать встречи с преступником	1	8.11 – 14.11	
11	Как избежать встречи с наркоторговцем	1	15.11 – 21.11	
<b><i>Основы противодействия экстремизму и терроризму. (6)</i></b>				
12	Как государство борется с терроризмом.	1	29.11 – 5.12	
13	Особенности современного терроризма	1	6.12 – 12.12	
14	Виды современной террористической деятельности	1	13.12 – 19.12	
15	Телефонные террористы.	1	20.12 – 26.12	
16	Как не стать пособником террориста.	1	10.01 – 15.01	
17	Формирование антитеррористического поведения	1	17.01 – 23.01	

<b>Безопасность в природной среде (6ч)</b>				
18	Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.	1	24.01 – 30.01	
19	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Землетрясение.	1	31.01 – 6.02	
20	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Извержение вулканов. Оползни. Обвалы.	1	7.02 – 13.02	
21	Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения.	1	14.02 – 20.02	
22	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения.	1	28.02 – 6.03	
ыт23	Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического и гидрологического происхождения.	1	7.03 – 13.03	
<b>Безопасность в природной среде. (2ч.)</b>				
24	Степные, тростниковые, лесные и торфяные пожары.	1	14.03 – 20.03	
25	Защита населения от лесных и торфяных пожаров.		21.03 – 27.03	
<b>Здоровье и как его сохранить. (4.)</b>				
26	Эпидемии.	1	28.03 – 3.04	
27	Эпизоотии		4.04 – 10.04	
28	Эпифитотии		18.04 – 24.04	
29	Защита населения от чрезвычайных ситуаций биолог-социального происхождения.		28.04 – 1.05	

<i>Основы медицинских знаний (4ч.)</i>				
30	Важность современного оказания первой помощи.	1	2.05 – 8.05	
31	Первая помощь при электротравме, кровотечении.	1	9.05 – 15.05	
32	Первая помощь при ушибах и переломах.	1	10.05 – 22.05	
33	Транспортировка пострадавших в медицинских условиях.	1	23.05-29.05	
	Всего:	33		

