

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство общего и профессионального образования Ростовской области

Управление образования Красносулинского района Ростовской области

МБОУ Лиховская средняя общеобразовательная школа

РАССМОТРЕНО

Педагогическим
советом

Директор Н.В. Журавлева
протокол №1 от «22» 08
2023 г.

СОГЛАСОВАНО

с Советом школы

О.В. Шепелева
протокол №1 от «22» 08
2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директором школы

Н.В. Журавлевой
приказ №144 от «22» 08
2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 2742181)

учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

для обучающихся 7 классов

Пояснительная записка

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для учащихся 7 класса составлена на основе основной образовательной программы основного общего образования МБОУ Лиховской СОШ, учебного плана МБОУ Лиховской СОШ на 2023 – 2024 учебный год в рамках реализации ФГОС для основного общего образования, годового календарного учебного графика МБОУ Лиховской СОШ, примерной программы основного общего образования: «основы безопасности жизнедеятельности» 7 класса и авторской программы А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова «ОБЖ» 5-9 классы, 2016., учебно-методического материала, пособие для учителя А.Т. Смирного, М.В. Маслова под редакцией Г.С. Ковалевой, О.Б. Логиновой – М. Просвещение, 2018 7 класс. Учебник: ОБЖ 7 класс авторы А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, под общей редакцией А.Т. Смирнова – 8-е изд. – М.: Просвещение, 2018; с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта.

В соответствии с учебным планом программа рассчитана на 1 часа в неделю, 35 учебных недель в год. В соответствии с годовым календарным графиком и расписанием занятий в МБОУ Лиховской СОШ на 2023-2024 учебный год рабочая программа реализуется 7 класса за 34 учебных часа и обеспечит рациональное распределение учебного материала.

Срок реализации программы 1 год.

Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса

Освоение знаний: об опасных и чрезвычайных ситуациях, о влиянии их последствий на безопасность личности и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от ЧС; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности. Овладение умениями предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и разрабатывать план своих действий в конкретной опасной ситуации с учетом реальной обстановки и своих возможностей.

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности учащиеся 7 класса должны:

Знать/понимать: основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику; правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера; способы безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия.

Уметь: действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания; соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему; оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях; пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты; вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей; действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения; использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни: для обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах; соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в общественном транспорте; пользования бытовыми приборами и инструментами; проявления бдительности и поведения при угрозе террористического акта; обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Личностные результаты:

- освоение 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;

- 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 анти экстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты :

- умения познавательные, интеллектуальные (аналитические, критические, проектные, исследовательские, работы с информацией:

поиска, выбора, обобщения, сравнения, систематизации и интерпретации):

- формулировать личные понятия о безопасности и учебно-познавательную проблему (задачу);

- 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

- генерировать идеи, моделировать индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

планировать — 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;

- находить, обобщать и интерпретировать информацию с использованием учебной литературы по безопасности жизнедеятельности, словарей, Интернета, СМИ и других информационных ресурсов;

- применять теоретические знания в моделировании ситуаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни;

- умения коммуникативные:

- взаимодействовать с окружающими, вести конструктивный диалог, понятно выражать свои мысли, слушать собеседника,

признавать право другого человека на иное мнение;

- выполнять различные социальные роли в обычной и экстремальной ситуациях, в решении вопросов по обеспечению безопасности личности, общества, государства;

- умения регулятивные (организационные):

- саморегуляция и самоуправление собственным поведением и деятельностью — построение индивидуальной образовательной траектории;

- владение навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности;

- владение навыками познавательной рефлексии (осознание совершаемых действий и мыслительных процессов, границ своего знания и незнания) для определения новых познавательных задач и средств их достижения;
- владение практическими навыками первой помощи, физической культуры, здорового образа жизни, экологического поведения, психогигиены.

Предметные результаты:

в ценностно-ориентационной сфере:

ценностные установки, нравственные ориентиры, стратегические приоритеты, мотивы, потребности, принципы мышления и поведения, обеспечивающие выработку индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, экологического мировоззрения и мотивации, антиэкстремистского поведения, гражданской позиции, умения предвидеть опасные ситуации, выявлять их причины и возможные последствия, проектировать модели безопасного поведения; осознание личной ответственности за формирование культуры семейных отношений;

в коммуникативной сфере:

умение находить необходимую информацию по вопросам безопасности здоровья, адекватно информировать окружающих и службы экстренной помощи об опасной ситуации;__

умение сотрудничать с другими людьми, выполнять совместно необходимые действия по минимизации последствий экстремальной ситуации;

стремление и умение находить компромиссное решение в сложной ситуации;

в эстетической сфере:

умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение различать эргономичность, эстетичность и безопасность объектов и среды обитания (жизнедеятельности);

в бытовой, трудовой и досуговой сфере:

грамотное обращение с бытовыми приборами, техническими устройствами;

соблюдение правил дорожного движения и поведения на транспорте;

соблюдение правил отдыха в загородной зоне;

знание номеров телефонов для вызова экстренных служб;

умение оказывать первую помощь;

правоохранительное поведение в социальной и природоохранной сфере;

в сфере физической культуры и здорового образа жизни:

накопление опыта физического и психического совершенствования средствами спортивно-оздоровительной деятельности, здорового образа жизни;

выработка привычки к соблюдению правил техники безопасности при развитии физических качеств: выносливости, силы, ловкости,

гибкости, координации, скоростных качеств, обеспечивающих двигательную активность;

соблюдение рационального режима труда и отдыха для того, чтобы выдерживать высокую умственную нагрузку старшеклассников,

осуществлять профилактику утомления и дистресса здоровыми способами физической активности;

умение правильно оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой и в экстремальных ситуациях.

Виды деятельности.

«Использование ИКТ и формирование практической направленности через различные виды деятельности на уроках ОБЖ» Целью преподавания курса ОБЖ в школе, является формирование у школьников правильного понимания смысла жизни, своего места и роли в ней, овладение ими приемами и способами самосовершенствования и основами обеспечения безопасности жизнедеятельности, получение практических навыков поведения в сложных ситуациях, исходя из собственных сил и возможностей. Практические навыки анализа информации, самообучения, стимулируют самостоятельную работу учащихся, формируют опыт самоорганизации. Современное образование предусматривает значительное расширение роли информационных технологий как эффективного средства самосовершенствования и самообразования обучающихся. Система знаний реализуется в виде учебных программ, учебников, методических пособий для учителей. В соответствии с моделью таких знаний, изложенных в учебно-методических материалах, на школьных уроках, во внеклассной работе, в ходе самообразования школьников осуществляется усвоение следующих элементов: • Системы знаний об источниках опасности, их видах (например, о типах опасных, вредных факторов, видах экстремальных ситуаций и т.д.), распространенности, условиях и причинах их возникновения. • Информации о характере действия опасных и вредных факторов на человека в различных условиях.

- Сведений о типичных ошибках людей, неправильных действиях, которые порождают опасные ситуации или не позволяют человеку предвидеть и преодолеть неблагоприятные последствия внешних факторов опасности и риска.

- Системы знаний о средствах, способах, правилах, принципах поведения, деятельности по предупреждению и преодолению опасных ситуаций.
- Информации об условиях, которые следует учитывать при выборе и использовании средств и способов предупреждения и преодоления опасных ситуаций.

Необходимы умения и навыки по профилактике и преодолению опасных ситуаций.

Способность адекватно действовать в опасной ситуации формируется постепенно, при этом ученик проходит ряд этапов, достигая все новых уровней готовности:

- знает об источнике опасности, но не располагает информацией о том, как вести себя в угрожающей ситуации. При таком уровне подготовленности воспитанник оказывается в состоянии избегать опасных ситуаций, избегать действий, усугубляющих, ухудшающих опасную ситуацию.
- осведомлен об источнике опасности и о способах обеспечения личной безопасности, но не владеет ими практически.
- владеет приемами безопасного поведения на уровне, позволяющем действовать при поддержке более опытного человека, наставника, педагога в игровой, учебной ситуации.
- способен самостоятельно применять способы безопасного поведения по образцу в привычной, знакомой ситуации, способен к безопасному поведению в сложной, напряженной, непривычной обстановке, самостоятельно видоизменять и комбинировать известные способы поведения с учетом конкретных условий опасных, экстремальных ситуаций.
- готов к самостоятельному конструированию, открытию, созданию новых способов и приемов безопасного поведения для решения проблем, которые каким-либо образом решались к самостоятельному созданию оригинальных способов поведения в новых, непривычных опасных и экстремальных ситуациях.

Готовности к безопасной жизнедеятельности способствуют убеждения в наличии объективных возможностей для предупреждения и преодоления опасных ситуаций, в способности человека к активным и успешным действиям по распознаванию и прогнозированию опасных ситуаций, предупреждению их возникновения, преодолению в ходе целенаправленной деятельности с учетом закономерностей безопасной жизнедеятельности. Формированию мировоззрения, основанного на убеждении и способности предвидеть, предупреждать и преодолевать опасные ситуации, способствует воспитание, нацеленные на развитие самостоятельности ребенка, его творческой активности, положительного отношения к самому себе и окружающим людям. Часто информационные технологии называют компьютерными технологиями

Содержание рабочей программы

Глава 1. Здоровый образ жизни- 16 час:

- 1.Здоровье человека и зависимость от образа жизни.
- 2.Физическое здоровье человека.
- 3.Правильное питание.
- 4.Психологическое здоровье человека.
- 5.Социальное здоровье человека.
- 6.Репродуктивное здоровье подростков и его охрана.

Глава 2. Опасности в повседневной жизни- 17 час:

- 1.Поведение человека при пожаре.
- 2.Чрезвычайные ситуации в быту.
- 3.Разумная предосторожность.
- 4.Опасные игры.

Календарно-тематическое планирование 7 класса.

| № | Наименование разделов и тем | Количество часов | Тип урока | Дата проведения | |
|-----------------------------|---|------------------|-----------|-----------------------|----------------------|
| | | | | 7-а Пт. | 7-б Вт. |
| I-четверть (9 час) | | | | | |
| | Глава 1. Здоровый образ жизни: | 16 | | | сентябрь |
| 1 | Введение. Цели предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» | 1 | | Сентябрь 01 | 05 |
| 2 | Окружающая среда и безопасность. | 1 | | 08 | 12 |
| 3 | Зависимость здоровья человека от образа жизни. | 1 | | 15 | 19 |
| 4 | Слагаемые здоровья | 1 | | 22 | 26 |
| 5 | Значение физической культуры для здоровья человека. | 1 | | 29 | Октябрь 03 |
| 6 | Закаливание как способ тренировки организма. | 1 | | Октябрь 06 | 10 |
| 7 | Правила рационального питания | 1 | | 13 | 17 |
| 8 | Продукты питания как экологический фактор. | 1 | | 20 | 24 |
| 9 | Питание и болезни. Диета. | 1 | | 27 | Ноябрь 07 |
| II-четверть (9 час) | | | | | |
| 10 | Психическое здоровье — эмоциональное благополучие человека. | 1 | | Ноябрь 10 | 14 |
| 11 | Компьютер и здоровье. Информационная безопасность | 1 | | 17 | 21 |
| 12 | Человек — социальное существо. | 1 | | 22 | 28 |
| 13 | Круг интересов человека. Фанаты и поклонники. | 1 | | 24 | Декабрь 05 |
| 14 | Репродуктивное здоровье. | 1 | | Декабрь 01 | 12 |
| 15 | Риски старшего подросткового возраста | 1 | | 08 | 19 |
| 16 | Обобщение пройденного. Контрольное тестирование. | 1 | | 15 | 26 |
| 17 | Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни: Пожар. Причины пожаров. | 17 1 | | 22 | Январь 09 |
| 18 | Правила пожарной безопасности. | 1 | | 29 | 16 |
| III-четверть (9 час) | | | | | |
| 19 | Организация эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения. | 1 | | Январь 12 | 23 |
| 20 | Помощь при ожогах. | 1 | | 19 | 30 |
| 21 | Залив жилища. | 1 | | 26 | Февраль 06 |
| 22 | Правила пользования электроприборами. | 1 | | Февраль | 13 |

| | | | | | |
|-----------------------------|--|---|--|---------------------|---------------------|
| | | | | 02 | |
| 23 | Первая помощь при электротравмах. | 1 | | 09 | 20 |
| 24 | Правила пользования газовыми приборами. | 1 | | 16 | 27 |
| 25 | Правила безопасности при пользовании бытовой химией. | 1 | | Март 01 | Март 05 |
| 26 | Досуг в городе; каких мест лучше избегать | 1 | | 15 | 12 |
| 27 | Меры предосторожности в лифте и на лестнице. | 1 | | 22 | 19 |
| IV-четверть (7 час) | | | | | |
| 28 | Меры предосторожности на улице и во дворах. | 1 | | Апрель 05 | Апрель 02 |
| 29 | Меры предосторожности в общественном месте. | | | 12 | 09 |
| 30 | Места, где играть запрещено. Опасности, которые скрывает карьер. | 1 | | 19 | 16 |
| 31 | Неразорвавшиеся боеприпасы. | 1 | | 26 | 23 |
| 32 | Экстрим в игре и спорте. | 1 | | Май 03 | Май 07 |
| 33 | Правила поведения при нападении. Самооборона. | 1 | | 17 | 14 |
| 34 | Контрольное тестирование. Обобщение пройденного материала. Итоговый урок. | 1 | | 24 | 21 |
| ИТОГО: 34 час | | | | | |