

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Ярцевская средняя школа №4  
имени Героя Советского Союза О.А.Лосика

РАССМОТРЕНО

МС

от 30.08.2023 г.  
Протокол №1

ПРИНЯТО

Педагогическим советом

от 31.08.2023 г.  
Протокол №1

УТВЕРЖДЕНО

Приказом по МБОУ ЯСШ №4

от 31.08.2023 г. №160



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
**по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»**

**7 класс**

Боровиков Андрей Николаевич, первая квалификационная категория

2023/2024 учебный год

Класс 7

Количество часов: всего 34.

В неделю: 1 час.

Рабочая программа полностью соответствует Федеральному государственному образовательному стандарту ООО по ОБЖ и составлена на основе авторской программы А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова «ОБЖ. 5-9 классы. Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников под ред. А.Т. Смирнова -- М.: «Просвещение», 2016г.

**Учебники:**

- А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс, М. Просвещение, 2016 г.

В учебном плане МБОУЯСШ №4 на изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 7 классе отводится 34 часа в год, из расчета 1 учебный час в неделю. Изменений, внесённых в авторскую программу, нет.

### **Планируемые результаты освоения курса**

**Личностными** результатами являются:

- 1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 2) 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 интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- 3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- 5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- 6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- 7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- 8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

- 9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- 10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- 11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

**Метапредметными** результатами являются:

- 1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- 2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- 3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- 4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- 5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- 6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- 7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- 8) смысловое чтение;
- 9) 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 учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- 10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- 11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (ИКТ компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;
- 12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

**Предметные** результаты:

- 1) 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;
- 2) формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- 3) понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

- 4) 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;
- 5) понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества;
- 6) формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- 7) формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- 8) понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- 9) знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствий для личности, общества и государства;
- 10) знание и умение применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- 11) умение оказать первую помощь пострадавшим;
- 12) умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников, готовность проявлять осторожность в ситуациях неопределенности;
- 13) умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- 14) овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

### Требования к уровню подготовки обучающихся

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне выпускник средней (полной) общеобразовательной школы **узнает:**

- основы формирования здорового образа жизни;
- основные положения российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет;
- особенности прохождения военной службы по призыву, контракту, альтернативной гражданской службы;
- задачи РСЧС и гражданской обороны.

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне выпускник средней (полной) общеобразовательной школы **получит возможность научиться:**

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- **использовать** приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
  - ведения здорового образа жизни;
  - оказания первой медицинской помощи;
  - развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы.

## 7 КЛАСС

### СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ

#### Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства

##### Разделы I-II. Основы комплексной безопасности. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (24 часа)

###### 1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера (3 часа)

Различные природные явления и причины их возникновения.

Оболочка Земли: литосфера, атмосфера, гидросфера и биосфера. Географическая оболочка Земли. 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.

Опасная ситуация, стихийное бедствие, чрезвычайная ситуация, общие понятия и определения.

Чрезвычайные ситуации природного характера.

###### 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (6 часов)

Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия.

Геологические процессы, происходящие в литосфере Земли, в результате которых возникают землетрясения.

Очаг, магнитуда, эпицентр, интенсивность землетрясения. Определение интенсивности землетрясения, возможные последствия землетрясения. Основные районы на территории России, где вероятность землетрясений велика.

Защита населения от последствий землетрясений.

Комплекс мероприятий, проводимых по защите населения от последствий землетрясений в рамках задач, решаемых РСЧС. Прогнозирование землетрясений. Определение наиболее сейсмоопасных районов на территории страны. Разработка способов повышения устойчивости зданий и сооружений, а также защиты 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.

Общие меры безопасности для населения, проживающего в сейсмоопасных районах. Правила поведения во время землетрясения в различных ситуациях: если землетрясение застало вас дома, на улице, в школе и др.

Правила безопасного поведения после землетрясения.

Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле.

Вулканы, места их образования, причины извержения вулканов. Типы вулканов: действующие, дремлющие и потухшие вулканы.

Предвестники извержения вулканов.

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.

Общие рекомендации населению по действиям при угрозе обвалов и схода снежных лавин.

### **3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (3 часа)**

Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия. Циклоны, их строение, скорость перемещения; циклоны — причина возникновения ураганов и бурь.

Последствия ураганов и бурь. Характеристика разрушительной силы ураганов и бурь. Шкала Бофорта, определяющая силу ветра. Воздействие ветра на окружающую среду.

Мероприятия, проводимые в рамках задач, решаемых РСЧС, по защите населения от последствий ураганов и бурь.

Организация непрерывного наблюдения за состоянием атмосферы. Прогноз возникновения циклонов, их перемещения и возможные последствия. Осуществление заблаговременных и оперативных мероприятий. Организация оповещения населения об угрозе ураганов и бурь. Рекомендации населению по правилам поведения при получении штормового предупреждения о приближении урагана (бури).

Смерч, основные понятия и определения. Характеристика смерча, разрушительная сила смерча и его возможные последствия. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время смерча.

### **4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (8 часов)**

Наводнения, виды наводнений и их причины.

Природные явления гидрологического происхождения, вызывающие наводнения.

Наводнения, связанные со стоком воды во время половодья. Наводнения, формируемые за счет паводка. Наводнения, вызываемые заторами и зажорами в руслах рек. Наводнения, связанные с ветровыми нагонами воды.

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. Защита населения от селевых потоков. Рекомендации населению, проживающему в селеопасных районах.

Цунами. Общая характеристика цунами, причины их возникновения, возможные последствия. Организация защиты населения от последствий цунами. Подготовка населения к безопасному поведению при угрозе возникновения цунами, во время цунами и после него.

Снежные лавины. Лавины и их характеристика, причины возникновения лавин. Защита населения от снежных лавин. Рекомендации населению, проживающему в лавиноопасных районах.

### **5. Природные пожары и чрезвычайные ситуации биологического происхождения (4 часа)**

Лесные и торфяные пожары, виды пожаров, классификация лесных пожаров. 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. Причина их возникновения, краткая характеристика.

Противоэпизоотические и противоэпифитотические мероприятия.

### **Раздел III. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (2 часа)**

#### **6. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму**

Общее понятие о терроризме и экстремизме. Опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность.

Роль нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения.

### **Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (7 часов)**

#### **Раздел IV. Основы здорового образа жизни (3 часа)**

#### **7. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека (3 часа)**

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 определение 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.

Перестройка, происходящая в центральной нервной системе подростка, и формирование личности человека. Формирование основных качеств взрослого человека.

Формирование личности подростка при его взаимоотношениях со взрослыми.

Значение правильного общения со взрослыми, особенно с родителями, для социального развития человека в подростковом возрасте. Конфликтные ситуации, которые могут возникнуть при общении подростка с родителями, и основные способы их разрешения. Умение слушать собеседника.

Формирование личности подростка при его взаимоотношениях со сверстниками. Рост потребности общения со сверстниками, пути достижения признания среди сверстников. Возможные конфликтные ситуации при общении со сверстниками, основные пути их разрешения. Личные качества, обеспечивающие более тесное общение со сверстниками.

Формирование взаимоотношений со сверстниками противоположного пола.

Факторы, определяющие развитие взаимоотношений со сверстниками противоположного пола. Формирование социально значимых качеств для установления правильного взаимоотношения со сверстниками противоположного пола. Духовная и социальная зрелость и ее значение в определении стиля своего поведения с лицами противоположного пола.

Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних.

Значение правового воспитания для социального развития подростка. Правонарушения, совершаемые подростками, и их основные причины. Уголовная ответственность несовершеннолетних, предусмотренная Уголовным кодексом Российской Федерации (УК РФ, 1997 г.).

#### Раздел V. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (4 часа)

##### 8. Первая медицинская помощь и правила ее оказания (практические занятия) (4 часа)

Общие понятия и определения первой медицинской помощи, доврачебной помощи, первой врачебной помощи. Общий порядок действий при оказании первой медицинской помощи. Когда необходимо вызывать «скорую помощь».

- Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении.
- Первая медицинская помощь при незначительных ранах.
- Первая медицинская помощь при сильном кровотечении.
- Оказание первой медицинской помощи при артериальном кровотечении.
- Оказание первой медицинской помощи при венозном кровотечении.
- Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах.
- Транспортировка пострадавшего.

#### Календарно-тематическое планирование по ОБЖ (7 класс)

№ п/п	№ раздела, темы и урока	Наименование раздела, темы и урока	Дата		Количество часов
			план	факт	
<b>Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства (26 ч)</b>					
<b>Разделы I-II. Основы комплексной безопасности. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций -- 24 часа</b>					
<i>Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера (3 часа)</i>					
1.	1.1	Различные природные явления	05/07.09		1
2.	1.2	Общая характеристика природных явлений	12/14.09		1
3.	1.3	Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера	19/21.09		1
<i>Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (6 часов)</i>					
4.	2.1	Землетрясение. Причины возникновения и возможные последствия	26/28.09		1
5.	2.2	Защита населения от последствий землетрясений	03/05.10		1
6.	2.3	Правила безопасного поведения населения при землетрясении	10/12.10		1
7.	2.4	Расположение вулканов на Земле, извержение вулканов	17/19.10		1
8.	2.5	Последствия извержения вулканов. Защита населения	24/26.10		1
9.	2.6	Оползни и обвалы, их последствия, защита населения	07/09.11		1
<i>Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (3 часа)</i>					

10.	3.1	Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия	14/16.11		1
11.	3.2	Защита населения от последствий ураганов и бурь	21/23.11		1
12.	3.3	Смерчи	28/30.11		1
<i>Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (8 часов)</i>					
13.	4.1	Наводнения. Виды наводнений и их причины	05/07.12		1
14.	4.2	Защита населения от последствий наводнений	12/14.12		1
15.	4.3	Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнений	19/21.12		1
16.	4.4	Сели и их характеристика	26/28.12		1
17.	4.5	Защита населения от последствий селевых потоков	09/11.01		1
18.	4.6	Цунами и их характеристика	16/18.01		1
19.	4.7	Защита населения от цунами	23/25.01		1
20.	4.8	Снежные лавины	30.01/01.02		1
<i>Природные пожары и чрезвычайные ситуации биологического происхождения (4 часа)</i>					
21.	5.1	Лесные и торфяные пожары и их характеристика	06/08.02		1
22.	5.2	Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения	13/15.002		1
23.	5.3	Инфекционная заболеваемость людей и защита населения	20/22.02		1
24.	5.4	Эпизоотии и эпифитотии	27/26.02		1
<b>Раздел III. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации -- 2 часа</b>					
<i>Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму (2 часа)</i>					
25.	6.1	Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность	05/07.03		1
26.	6.2	Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения	12/14.03		1
<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (7 ч)</b>					
<b>Раздел IV. Основы здорового образа жизни (3 часа)</b>					
<i>Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека (3 часа)</i>					
27.	7.1	Психологическая уравновешенность	19/21.03		1
28.	7.2	Стресс и его влияние на человека	02/04.04		1
29.	7.3	Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте. Подготовка к промежуточной аттестации	09/11.04		1

**Раздел V. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (4 часа)**  
*Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (практические занятия) 4 часа*

30.	7.1	Промежуточная аттестация	16/18.04		1
31.	7.2	Анализ промежуточной аттестации. Общие правила оказания первой медицинской помощи. Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении	23/25.04		1
32.	7.3	Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах	07/16.05		1
33.		Общие правила транспортировки пострадавшего	14/23.05		1
34.	7.4	Резервный урок			1