

КАЛИНИНГРАДСКАЯ ОБЛАСТЬ
ЧЕРНЯХОВСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНЫЙ ОКРУГ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ДОВАТОРОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»

«Согласовано»

Заместитель директора по УВР

_____/_____/

«__» _____ 2023г.

«Утверждено»

Директор МАОУ «Доваторовская СОШ

_____/Пикалова Е.И./

Приказ № _____ от _____

«__» _____ 2023г.

Рабочая программа

на 2023 – 2024 учебный год

по предмету Основы безопасности жизнедеятельности (ОБЖ)

класс 7

количество часов по плану 34ч.

Преподаватель Флегель Елена Романовна

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса	3
2. Содержание учебного предмета, курса	7
3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы	11

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА

Личностные результаты:

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

Метапредметные результаты:

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствиям 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, техногенного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметные результаты:

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 медицинской 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 природного, техногенного и социального 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 медицинскую 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 медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

Требования к уровню подготовки обучающихся

В результате изучения курса ОБЖ - 7 класс ученик должен:

знать/понимать:

- об организации защиты населения от чрезвычайных ситуаций;
 - правила безопасного поведения при наводнении;
 - правила безопасного поведения при ураганах, бурях, смерчах;
 - причины возникновения, классификацию землетрясений, основные характеристики и поражающие факторы землетрясений;
 - правила безопасного поведения при землетрясении;
 - причины возникновения и поражающие факторы извержения вулканов;
 - правила безопасного поведения при извержении вулканов;
 - основные характеристики цунами и причины их возникновения;
 - поражающие факторы цунами и правила безопасного поведения при цунами;
 - причины возникновения селя, оползня, обвала, лавины;
 - поражающие факторы обвалов, оползней и селей, лавин;
 - правила безопасного поведения при угрозе селя, оползня, обвала;
 - причины возникновения и возможные последствия природных пожаров;
 - правила безопасного поведения при возникновении природных пожаров;
 - правила безопасного поведения в толпе;
 - правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального характера;
 - правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях;
 - правила дорожного движения;
 - виды ран и правила оказания первой медицинской помощи при ранении, правила наложения жгута;
 - виды и назначение повязок, правила наложения стерильной и давящей повязок;
 - способы первой медицинской помощи при травмах и переломах;
 - о вредных привычках и их профилактике;
 - об особенностях развития организма подростка и здорового образа жизни в период полового созревания;
- иметь представление:
- о причинах возникновения ураганов, бурь, смерчей;

- о поражающих факторах ураганов, бурь, смерчей;
- владеть навыками:
- поведения в чрезвычайных ситуациях по сигналу «Внимание всем!»
 - поведения в местах большого скопления людей;
 - поведения в криминогенных ситуациях;
 - оказания первой медицинской помощи при кровотечениях;
 - наложения стерильной повязки;
 - оказания первой медицинской помощи при травмах и переломах;
- использовать:
- полученные знания и умения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности;
 - приобретенные знания в повседневной жизни для безопасного поведения при угрозе террористического акта, для обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи;
 - приобретенные знания в повседневной жизни для обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи;
 - полученные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
 - полученные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
- уметь:
- предвидеть опасности и правильно действовать при их наступлении;
 - предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.

2. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА

Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства.

Раздел I. Основы комплексной безопасности.

Тема 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.

1.1. Пожарная безопасность.

Пожары в жилых и общественных зданиях, причины их возникновения и возможные последствия. Влияние человеческого фактора на причины возникновения пожаров. Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании.

1.2. Безопасность на дорогах.

Причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия. Организация дорожного движения. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста и водителя мопеда.

1.3. Безопасность в быту.

Особенности города (населенного пункта) как среды обитания человека. Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения. Возможные опасные и аварийные ситуации в жилище. Соблюдение мер безопасности в быту.

1.4. Безопасность на водоемах Водоемы.

Особенности состояния водоемов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Само- и взаимопомощь терпящих бедствие на воде.

1.5. Экология и безопасность.

Загрязнение окружающей природной среды. Понятия о предельно допустимых концентрациях загрязняющих веществ. Мероприятия, проводимые по защите здоровья населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.

1.6. Опасные ситуации социального характера.

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности на улице, дома, в общественном месте.

Тема 2. Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях.

2.1. Подготовка к активному отдыху на природе.

Ориентирование на местности. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Определение необходимого снаряжения для похода. Определение места для бивака и организация бивачных работ.

2.2. Активный отдых на природе и безопасность.

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе. Подготовка и обеспечение безопасности в пеших и горных походах, при проведении лыжных, велосипедных и водных походов.

2.3. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности.

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Аклиматизация человека в различных природных условиях. Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха различными видами транспорта.

2.4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде.

Автономное существование человека в природных условиях. Добровольная и вынужденная автономия. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.

2.5. Опасные ситуации в природных условиях.

Опасные погодные условия. Дикие животные и обеспечение безопасности при встрече с ними. Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

Тема 3. Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта.

3.1. Наиболее опасные террористические акты.

Взрывы в местах массового скопления людей. Захват воздушных и морских судов, автомашин и других транспортных средств и удерживание в них заложников.

3.2. Правила поведения при возможной опасности взрыва.

Признаки, по которым можно судить о возникновении опасности взрыва. Правила безопасного поведения, если взрыв произошел, если вас завалило обломками стен.

3.3. Обеспечение безопасности в случае захвата в заложники или похищении.

Правила поведения в случае захвата вас в заложники. Правила поведения при нападении с целью похищения. Обеспечение безопасности при захвате самолета. Правила поведения при перестрелке.

Тема 4. Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.

4.1. Чрезвычайные ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины). Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (ураганы, бури, смерчи). Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (наводнение, сели, цунами). Чрезвычайные ситуации биологического происхождения (лесные и торфяные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера, рекомендации населения по безопасному поведению во время чрезвычайных ситуаций.

4.2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера.

Общие понятия о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Потенциально опасные объекты. Аварии на радиационно опасных, химически опасных, взрывопожароопасных объектах и на

гидротехнических сооружениях, их причины и возможные последствия. Защита населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера, рекомендации населению по безопасному поведению во время чрезвычайных ситуаций.

4.3. Современный комплекс проблем безопасности социального характера.

Военные угрозы национальной безопасности России. Внешние и внутренние угрозы национальной безопасности России. Международный терроризм — угроза национальной безопасности России. Наркотизм и национальная безопасность России. Защита населения от чрезвычайных ситуаций социального характера. Правила личной безопасности в чрезвычайных ситуациях социального характера.

Раздел II. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.

Тема 5. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

5.1. Правовые основы обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

Положения Конституции Российской Федерации и федеральных законов в области безопасности, определяющие защищенность жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз. Права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности.

5.2. Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее задачи.

Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности страны, ее задачи и предназначение.

Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий (МЧС России) – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. Роль МЧС России в формировании современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности населения страны.

5.3. Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций.

Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Инженерная защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Эвакуация населения. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения.

Тема 6. Организация борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации.

6.1. Система борьбы с терроризмом.

Виды террористических актов, их цели и способы осуществления. Законодательная и нормативно-правовая база по организации борьбы с терроризмом. Основные принципы противодействия терроризму. Контртеррористическая операция. Применение Вооруженных сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом.

6.2. Государственная политика противодействия наркотизму.

Основные понятия о наркотизме, наркомании, причинах их распространения. Последствия наркомании и ее влияние на национальную безопасность России. Нормативно-правовая база борьбы с наркобизнесом. Профилактика наркомании.

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Раздел III. Основы здорового образа жизни.

Тема 7. Здоровый образ жизни и его составляющие.

7.1. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Индивидуальное здоровье человека, его физическая и духовная сущность. Репродуктивное здоровье как общая составляющая здоровья человека и общества. Социально-демографические процессы в России и безопасность государства. Особенности физического развития человека; особенности психического развития человека; развитие и укрепление чувства зрелости, развитие волевых качеств. Социальное развитие человека и его взаимоотношения с окружающими людьми. Формирование личности человека, значение и роль его взаимоотношений со взрослыми, родителями, сверстниками. Взаимоотношения человека и общества. Ответственность несовершеннолетних.

7.2. Здоровый образ жизни и его составляющие. Здоровый образ жизни — индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.

Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Режим дня и его значение для здоровья. Профилактика переутомления. Двигательная активность и закаливание организма — необходимые условия сохранения и укрепления здоровья. Рациональное питание. Роль питания в сохранении здоровья человека. Роль здорового образа жизни в формировании у обучаемых современного уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности.

Тема 8. Факторы, разрушающие здоровье.

8.1. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Основные понятия вредных привычек. Курение, влияние табачного дыма на организм курящего и окружающих. Употребление алкоголя и его влияние на умственное и физическое развитие человека. Наркомания и ее отрицательные последствия на здоровье человека. Профилактика вредных привычек.

8.2. Ранние половые связи и их отрицательные последствия для здоровья человека. Инфекции, передаваемые половым путем. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе. СПИД — угроза здоровью личности и общества. Профилактика инфекций, передаваемых половым путем и ВИЧ-инфекции.

Тема 9. Правовые аспекты взаимоотношения полов.

9.1. Семья в современном обществе. Законодательство и семья. Основы семейного права в РФ. Брак и семья, основные понятия и определения. Семья и здоровый образ жизни, основные функции семьи. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанности родителей.

Раздел IV. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.

Тема 10. Основы медицинских знаний.

10.1. Основы медицинских знаний. Общая характеристика различных повреждений и их последствия для здоровья человека. Основные правила оказания первой медицинской помощи при различных видах повреждений.

Средства оказания первой медицинской помощи. Медицинская (домашняя) аптечка. Природные лекарственные средства. Перевязочные материалы, дезинфицирующие средства. Основные неинфекционные заболевания, их причины, связь с образом жизни. Профилактика неинфекционных заболеваний. Наиболее часто встречающиеся инфекционные заболевания, их возбудители, пути передачи инфекции, меры профилактики.

Тема 11. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях.

11.1. Правила оказания первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при отравлении. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата, порядок наложения поддерживающей повязки. Правила и способы транспортировки пострадавшего. Первая медицинская помощь при кровотечениях. Способы остановки кровотечения. Оказание первой медицинской помощи при утоплении. Способы проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца. Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах, при отморожении.

Тема 12. Первая медицинская помощь при массовых поражениях.

12.1. Комплекс простейших мероприятий по оказанию первой медицинской помощи при массовых поражениях. Основные причины возникновения массового поражения людей природного, техногенного и социального характера.

Основные мероприятия, проводимые в местах массового поражения людей (извлечение пострадавшего из-под завала; введение обезболивающих средств; освобождение верхних дыхательных путей и др.).

3. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ

Место учебного предмета «ОБЖ» в учебном плане

В соответствии с Образовательной программой школы, рабочая программа рассчитана на 34 часов в год при 1 часе в неделю.

№ п/п	Разделы программы	Кол-во часов
1	РАЗДЕЛ 1-2: Основы комплексной безопасности. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций	24
2	РАЗДЕЛ 3: Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	3
3	РАЗДЕЛ 4: Основы здорового образа жизни	3
4	РАЗДЕЛ 5: Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	4
Количество уроков в неделю		1
Количество учебных недель		34
Итого		34

№ п/п	Раздел урока, тема	Кол-во часов
	РАЗДЕЛ 1-2: Основы комплексной безопасности. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций	
1	Вводный инструктаж по ТБ в кабинете ОБЖ. Различные природные явления.	1
2	Общая характеристика природных явлений.	1
3	Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера.	1
4	Землетрясение. Причины возникновения и возможные последствия.	1
5	Защита населения от последствий землетрясений.	1

6	Правила безопасного поведения населения при землетрясении.	1
7	Расположение вулканов на Земле, извержение вулканов.	1
9	Последствия извержения вулканов. Защита населения.	1
10	Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения.	1
11	Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия.	1
12	Защита населения от последствий ураганов и бурь.	1
13	Наводнения. Виды наводнений и их причины.	1
14	Защита населения от последствий наводнений.	1
15	Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения.	1
16	Сели и их характеристика.	1
17	Защита населения от последствий селевых потоков.	1
18	Цунами и их характеристика.	1
19	Защита населения от цунами.	1
20	Снежные лавины.	1
21	Лесные и торфяные пожары и их характеристика.	1
22	Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения.	1
23	Инфекционная заболеваемость людей и защита населения.	1
24	Контрольная работа по разделам 1-2	1
	РАЗДЕЛ 3: Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	
25	Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность.	1
26	Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения.	1
27	Контрольная работа по разделу 3	1
	РАЗДЕЛ 4: Основы здорового образа жизни	
28	Психологическая уравновешенность	1
29	Стресс и его влияние на человека.	1
30	Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.	1
	РАЗДЕЛ 5: Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	
31	Общие правила оказания первой помощи.	1
32	<i>Практическое занятие:</i> Оказание первой помощи при наружном кровотечении.	1
33	<i>Практическое занятие:</i> Оказание первой помощи при ушибах и переломах.	1
34	<i>Практическое занятие:</i> Общие правила транспортировки пострадавшего.	1

Изменения в рабочую программу, внесенные в соответствии с Постановлением Правительства от 23.12.2020г. №943 и утвержденные приказом директора школы № 203 от 28.12.2020г.

В соответствии с Постановлением Правительства Калининградской области от 23.12.2020г. № 943 «О внесении изменения в Постановление Правительства Калининградской области от 16.03.2020г. № 134» изменены сроки зимних каникул (продлены на 1 неделю в 5-8 классах). Изменения коснулись рабочих программ и календарного планирования.

Выполнение рабочей программы возможно при использовании резервных часов и часов, отведенных на повторение.

№ п/п	Раздел урока, тема	Кол-во часов
16	Сели и их характеристика.	1
17	Защита населения от последствий селевых потоков.	1
18	Цунами и их характеристика.	1
19	Защита населения от цунами.	1
20	Снежные лавины.	1
21	Лесные и торфяные пожары и их характеристика.	1
22	Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения.	1
23	Инфекционная заболеваемость людей и защита населения.	1
24	Эпизоотии и эпифитотии.	1
25	Контрольная работа по разделам 1-2	1
	РАЗДЕЛ 3: Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	
26	Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность.	1
27	Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения.	1
28	Контрольная работа по разделу 3	1
	РАЗДЕЛ 4: Основы здорового образа жизни	
29	Психологическая уравновешенность	1
30	Стресс и его влияние на человека.	1
31	Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.	1
	РАЗДЕЛ 5: Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	
32	Общие правила оказания первой помощи.	1

