

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Департамент образования Вологодской области  
Управление образования администрации Чагодощенского муниципального округа  
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Сазоновская средняя общеобразовательная школа»**

**РАССМОТРЕНО**

на методическом совете  
Протокол № 1  
от «29» августа 2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

заместитель директора  
по УВР  
*Шамига* С.Н. Шамигова  
«29» августа 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**

директор МБОУ  
"Сазоновская СОШ"  
*Проничева*  
И.В. Проничева  
№ 126 от «30» августа 2023 г.



# **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

***по ОБЖ  
для 7 класса  
на 2023-2024 учебный год***

п. Сазоново 2023г.

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена на основе положений Федерального Государственного образовательного стандарта основного общего образования. Рабочая программа ориентирована на целевые приоритеты духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, сформулированные в федеральной рабочей программе воспитания.

Рабочая программа по ОБЖ для 7 класса разработана в соответствии с:

1. ФГОС ООО ,
2. Примерной основной образовательной программой основного общего образования,
3. Методического письма «О преподавании учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в общеобразовательных учреждениях».
4. Примерной рабочей программы Основы безопасности жизнедеятельности для 7 класса. Предметная линия учебников под редакцией А.Т. Смирнова. ФГОС. -М.: Просвещение. 2017г.

На основе:

Учебника авт. Основы безопасности жизнедеятельности . Смирнов А.Т., Хренников Б.О.. ФГОС. класс. -М.: Просвещение. 2017 г.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначен для воспитания личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества.

Программа разработана с учетом комплексного подхода к формированию у учащихся современного уровня культуры безопасности и позволяет:

- последовательно и логически взаимосвязано структурировать тематику курса ОБЖ; эффективно использовать межпредметные связи;
- обеспечить непрерывность образования и более тесную преемственность процессов обучения;
- повышать эффективность процесса формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности с учетом возрастных особенностей и уровня подготовки по другим учебным дисциплинам, а также с учетом особенностей обстановки в регионе в области безопасности при разработке региональных учебных программ.

Основными *целями* изучения курса ОБЖ являются:

1. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни (ЗОЖ); государственной

системе защиты населения от опасных и ЧС; об обязанностях граждан по защите государства.

2. Воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью.

3. Развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в ЧС; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении ЗОЖ.

4. Овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в ЧС; использовать СИЗ и СКЗ; оказывать ПМП пострадавшим.

Изучение тематики данной рабочей программы направлено на решение следующих **задач**:

- формирование у учащихся научных представлений о принципах и путях снижения «фактора риска в деятельности человека и общества;
- выработка умений предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и адекватно противодействовать им;
- формирование у учащихся модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни.

## **II. МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

### **Место предмета в базисном учебном плане**

Федеральный базисный учебный план общеобразовательных учреждений Российской Федерации вводит обязательное изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего образования. В 7 классах на его изучение выделяется по каждому курсу - 34 часа, из расчета 1 часа в неделю.

### **Учебник:**

Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для учащихся 7 классов общеобразовательных учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, под общ. ред. А. Т. Смирнова. – М: Просвещение, 2017г.

## **III. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДАННОЙ ПРОГРАММЫ.**

### **Личностные результаты**

- усвоение 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 на базе ориентировки в многообразном мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, 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 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;
- 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 антиэкстремистского и антитеррористического мышления, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

### **Метапредметные результаты**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать

свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- 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 учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

### **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 военной службе;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курения 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 и умение применять правила поведения 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;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

#### **IV. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Структурные компоненты курса ОБЖ в учебной программе для 7 класса представлены в двух учебных модулях и пяти разделах, которые охватывают весь минимум содержания, определённый для этого курса с учётом перспектив его развития.

Модульная система построения учебной программы позволяет более рационально распределить учебный материал.

Под учебным модулем следует понимать конструктивно завершённую часть курса, и включающую в себя такой объём учебного материала, который позволяет использовать его как самостоятельный учебный компонент системы курса «Основы безопасности жизнедеятельности».

**Содержание тем учебной программы  
«Основы безопасности жизнедеятельности»**

**7 класс**

**Раздел 1.**

**ОСНОВЫ КОМПЛЕКСНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ**

**Тема 1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера**

-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.

**Раздел 2.**

**ЗАЩИТА НАСЕЛЕНИЯ РФ ОТ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ**

**Тема 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их причины и последствия.**

-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 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 вулканы, дремлющие и потухшие.

-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.

### **Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения, их причины и последствия.**

-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 и его воздействие 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.



#### **Тема 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения, их причины и последствия.**

-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.

#### **Тема 5. Чрезвычайные ситуации биологического происхождения, их причины и последствия.**

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.

Противозооотические и противоэпифитотические мероприятия.

### **Раздел 3.**

#### **Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ.**

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

-Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую деятельность

-Роль нравственных позиций и личностных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения.

### **Раздел 4.**

#### **ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**

##### **Тема 7. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека**

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 определения 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 взаимодействии 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, 8

основные пути их разрешения. Личные качества, обеспечивающие более тесное общение со сверстниками.

Формирование взаимоотношений со сверстниками противоположного пола.

Формирование социально значимых качеств для установления правильного взаимоотношения со сверстниками противоположного пола. Духовная и социальная зрелость, их 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 РФ (УК РФ-1997 г.).

## **Раздел 5. ОМЗ**

### **Тема 8. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях**

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.

**Тематическое планирование учебной программы по ОБЖ  
7 класс**

№ разделов, тем и уроков	Наименование разделов, тем, уроков	Кол-во часов
<b>Модуль 1 Основы безопасности личности, общества и государства</b>		
<b>Р-1-2</b>	<b>Основы комплексной безопасности. Защита населения РФ от ЧС</b>	<b>28</b>
<b>1.</b>	<b><i>Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера</i></b>	<b>3ч</b>
1.1.	Различные природные явления	1
1.2.	Общая характеристика природных явлений	1
1.3.	Опасные и чрезвычайные ситуации. Общие понятия и определения	1
<b>2.</b>	<b><i>Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их причины и последствия.</i></b>	<b>6ч</b>
2.1.	Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия.	1
2.2.	Защита населения от последствий землетрясений	1
2.3.	ПБП населения при землетрясении	1
2.4.	Вулканы, извержения вулканов. Расположение вулканов на Земле.	1
2.5.	Последствия извержения вулканов. Защита населения	1
2.6.	Обвалы и снежные лавины. Защита населения.	1
<b>3.</b>	<b><i>Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения, их причины и последствия.</i></b>	<b>3 ч</b>
3.1.	Ураганы и бури, причины их возникновения и возможные последствия	1
3.2.	Защита населения от последствий ураганов и бурь	1
3.3.	Смерчи.	1
<b>4.</b>	<b><i>Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения, их причины и последствия</i></b>	<b>8 ч</b>
4.1.	Наводнения. Виды наводнений и их причины.	1
4.2.	Защита населения от последствий наводнений	1
4.3.	Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения	1
4.4.	Сели и их характеристика.	1
4.5.	Защита населения от последствий селевых потоков	1
4.6.	Цунами и их характеристика.	1
4.7.	Защита населения от цунами	1
4.8.	Снежные лавины	1
<b>5.</b>	<b><i>Чрезвычайные ситуации биологического происхождения, их причины и последствия</i></b>	<b>4ч</b>
5.1.	Лесные и торфяные пожары и их характеристика	1
5.3.	Эпидемии.	1
5.4.	Эпизоотии и эпифитотии.	1
<b>Р-3</b>	<b>Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ</b>	<b>2</b>

6	<i>Глава 6 Духовно- нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму</i>	4ч
6.1	Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность	2
6.2	Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения	2
<b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>		
<b>Р-4</b>	<b>Основы здорового образа жизни</b>	<b>7</b>
7.	<i>Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека</i>	3 ч
7.1.	Психологическая уравновешенность	1
7.2.	Стресс и его влияние на человека	1
7.3.	Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте	1
<b>Р-5</b>	<b>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b>	<b>4</b>
8.	<i>Первая медицинская помощь при неотложных состояниях</i>	4 ч
8.1.	Общие правила оказания первой медицинской помощи	1
8.2.	Оказание ПМП при наружном кровотечении	1
8.3.	Оказание ПМП при ушибах и переломах	1
<b>Всего часов</b>		<b>34часа</b>

