

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
Прямобалкинская основная школа

РАССМОТРЕНО

Протокол: № 7 от 31.08.2023г

Руководитель МО  
Павлова О.Ю. / Павлова О.Ю.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы:

/Выдрина М.Б.



Приказ № 447 от 31.08.2023г

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по основам безопасности жизнедеятельности  
для учащихся 7 класса  
базовый уровень  
2023 – 2024 учебный год

Разработчик программы: Павлова О.Ю.  
учитель ОБЖ  
2023г.

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

1. Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденного Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»,
- 3 Учебным планом МКОУ Прямобалкинской ОШ
- 4.Примерной программой основного общего образования по учебным предметам. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы. Проект - М.: Просвещение, 2010 г.
- 5.Комплексной учебной программы. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы. Предметная линия учебников под редакцией А.Т. Смирнова. ФГОС. -М.: Просвещение. 2021 г.
- 6.Учебника Основы безопасности жизнедеятельности 5-6 класс. Авторы: Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко, А. Б. Таранин. Москва. Издательский центр «Вентана – Граф» 2020год.

**Основная цель курса:**

расширение знаний и формирование умений

младших подростков по организации здорового образа жизни, правильного поведения в различных неординарных и ЧС.

Главное направление предмета – развивать общую культуру младшего подростка, формировать осознание необходимости беречь свое здоровье, овладевать умениями и навыками решения жизненных задач, связанных с опасными ситуациями.

Основными задачами изучения данной предметной области являются следующие:

- ☐ Осознание необходимости знания правил поведения в необычных, нестандартных и ЧС, овладения умением ориентироваться в них;
- ☐ Воспитание способности к восприятию и оценке жизненных ситуаций, тающих в себе опасность, и приобретение опыта их преодоления;
- ☐ Формирование представлений о причинах возникновения опасных ситуаций, правилах безопасного поведения в них;
- ☐ Воспитание самоконтроля и самооценки поведения в опасных для здоровья и жизни ситуациях, развитие умения предвидеть последствия своего поведения.

**Общая характеристика учебного предмета**

Актуальность изучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) в основной школе обусловлена необходимостью выполнения социального заказа. В последние десятилетия наблюдается тенденция к увеличению случаев возникновения чрезвычайных ситуаций природного, техногенного, социального и бытового характера, опасных для человека. К природным чрезвычайным ситуациям относятся стихийные бедствия (ураганы, штормы, сели, землетрясения, извержения вулканов и проч.); к техногенным—аварии или опасные техногенные происшествия; к социальным — экстраординарные ситуации, связанные с террористической угрозой, асоциальным поведением людей; к бытовым —

ситуации, вызванные нарушением правил техники безопасности в быту (пожары, замыкания в электросети, утечка газа, воды); к дорожным — ситуации, связанные с поведением на дороге, в транспорте.

В условиях чрезвычайных ситуаций может возникнуть угроза для жизни человека. Анализ этих ситуаций показывает, что среди причин гибели людей, в частности детей школьного возраста, основными являются, во-первых, отсутствие элементарных знаний о правилах поведения в экстремальных ситуациях; во-вторых, слабо развитая мотивация действий и как результат — недостаточно сформированное прогностическое восприятие и мышление, отсутствие опыта решения задач по преодолению нестандартных ситуаций. Исходя

из этого, основной идеей конструирования данной предметной линии стало формирование психологической готовности школьника к принятию возникшей чрезвычайной ситуации, развитие мотивов поведения и умения предвидеть опасность. Поэтому в средствах обучения, реализующих программу, много материалов, которые направлены на оценку поведения, анализ воображаемых ситуаций, предвидение и оценку возможных действий в той или иной ситуации. Границы общения младшего подростка (10–12 лет) с окружающим миром значительно расширяются: дети больше времени проводят без родителей, в кругу сверстников, самостоятельно передвигаются по транспортным магистралям и общаются с объектами природы. Это определяет необходимость предупредить учащихся 5–6 классов о возможных опасностях, которые могут им встретиться. В разделе «На игровой площадке» излагаются правила поведения на игровой площадке. Обсуждается проблема выбора досуговых занятий в зависимости от погоды (времени года, температуры воздуха, ветра, осадков) и индивидуальными интересами детей.

Изучая раздел «На природе», школьники знакомятся с опасными ситуациями, которые могут возникнуть во время прогулок в лес, к водоёму, при встрече с животными и др.

В разделе «Туристический поход: радость без неприятностей» изучаются правила организации и проведения походов, которые обеспечивают безопасность для здоровья и жизни туристов. Излагаются требования, предъявляемые к снаряжению юного путешественника и уходу за ним в походе.

В разделе «Когда человек сам себе враг» раскрываются проблемы, возникающие у человека, имеющего вредные привычки: курение. Употребление алкогольных напитков и наркотиков. Особое внимание уделяется проблеме возникновения острого чувства опасности перед их пагубными последствиями для здоровья человека.

В каждом разделе есть рубрики: «Знаешь ли ты себя», «Медицинская страничка», «Практическая работа», «Для любознательных». Их содержание позволяет организовать разнообразную самостоятельную познавательную деятельность обучающихся.

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.

Курс Основы безопасности жизнедеятельности на ступени основного общего образования в условиях реализации ФГОС направлен на :

- ☐ формирование у школьников современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности;
- ☐ формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- ☐ воспитание антитеррористического поведения и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению,
- ☐ формирование целостного представления о мире, основанного на приобретенных знаниях, умениях и способах деятельности;

- ☐ приобретение опыта разнообразной деятельности, опыта познания и самопознания;
- ☐ подготовка к осуществлению осознанного выбора индивидуальной образовательной или профессиональной траектории

### **Основными принципами обучения ОБЖ являются:**

- ☐ сознательность, активность и самостоятельность;
- ☐ системность, последовательность и комплексность;
- ☐ обучение на высоком уровне трудности;
- ☐ прочность формирования знаний, умений и навыков;
- ☐ групповой и индивидуальные принципы обучения.

### **Основные методы обучения:**

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).

Наблюдения, повседневный опыт, интуитивное предсказание, активные методы обучения стимулирующие познавательную деятельность учащихся, интерактивное обучение, обучение основанное на общении, компьютерные методы обучения, адаптивные методы, метод проблем и открытий

Методы и формы обучения:

Для организации познавательной деятельности обучающихся на уроках ОБЖ используются разнообразные методы и формы обучения.

Перцептивные (словесные, наглядные, практические): рассказ, лекция, беседа, круглый стол, семинары демонстрация, практические занятия. Соревнования. Ролевые игры.

Логические: (индуктивные и дедуктивные) логическое изложение и восприятие учебного материала обучающимся. (Анализ ситуации).

Гностический: объяснительно-репродуктивный, информационно поисковый, исследовательский. (Реферат. Доклад. Проектное задание)

Кибернетический: управления и самоуправления учебно-познавательной деятельностью.

Контроля и самоконтроля (устный, письменный).

Стимулирования и мотивации.

Самостоятельной учебной деятельности.

Фронтальная форма обучения, активно управляет восприятием информации, систематическим повторением и закреплении знаний обучающимися.

Групповая форма обеспечивает учёт дифференцированных запросов обучающихся.

Индивидуальная работа в наибольшей мере помогает учесть особенности темпа работы каждого обучающегося.

### **Место курса ОБЖ в базисном учебном плане**

Программа разработана в соответствии с базисным учебным планом для ступени основного общего образования. Основы безопасности жизнедеятельности в основной школе изучается с 5 по 8 классы.

Общее число учебных часов в 7 классе - 34ч. - 1ч в неделю

## СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ УЧЕБНОГО КУРСА

### **Введение**

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».

#### **Раздел 1. На игровой площадке**

Подготовка к прогулке. Выбор одежды и обуви с учетом погоды и планируемых подвижных игр.

Меры безопасности при пользовании качелями, игровым оборудованием на площадке, при езде на велосипеде. Зимние игры, безопасность при езде на санках – ледянках. Первая помощь при переломах и вывихах. Поиск подростками «приключений»: оправдан ли риск.

Животные на игровой площадке. Правила поведения при встрече с собакой.

Первая помощь при укусе собаки.

#### **Раздел 2. На природе**

Ориентирование на местности. Что такое ориентир. Ориентирование по компасу, Солнцу и часам; Полярной звезде; местным признакам. Измерение расстояния на местности.

Опасности, которые могут встретиться во время прогулок. Общие правила поведения во время экскурсий на природу. Правила поведения в экстремальных ситуациях (при потере ориентиров на незнакомой местности и др.). Опасные встречи (животные, насекомые, змеи). Первая помощь при укусе насекомого, змеи. Правила поведения на водоёмах. Выбор и оценка места для купания. Первая помощь при судорогах, солнечном ударе, утоплении. Оценка состояния льда в осеннее и весеннее время. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные преграды.

#### **Раздел 3. Туристический поход: радость без неприятностей**

Правила организации безопасного туристического похода. Подготовка к походу: сбор снаряжения, продуктов. Одежда и обувь для похода. Правила упаковки рюкзака. Спальный мешок.

Режим дня в туристическом походе. Правила организации режима дня путешественника: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий игр.

Первая помощь при потёртостях кожи, пищевых отравлениях, ожогах. Походная аптечка. Лечебные травы.

#### **Раздел 4. Когда человек сам себе враг**

При каких обстоятельствах человек сам себе враг. Вредные привычки и пагубные последствия курения и употребления алкоголя для растущего организма.

## Содержание учебного курса

№	Раздел программы.	Контроль. работа	Кол-во часов
1	<b>Введение</b>		1
2	<b>На игровой площадке</b>	1	4
3	<b>Безопасность в обществе (социуме)</b>	1	5
4	<b>На природе</b>	1	9
5	<b>Туристический поход: радость без неприятностей</b>	6	7
6	<b>Когда человек сам себе враг</b>	2	7

	<b>Итого</b>	<b>11</b>	<b>34</b>
--	--------------	-----------	-----------

### Календарно-тематическое планирование ОБЖ 7кл.

№ п/п	Тема уроков	Колич ество часов	Дата по плану	Дата по факту	Примечание
<b>Тема 1. Введение (1ч)</b>					
1.	Введение	1			
<b>Тема 1. На игровой площадке (4 ч)</b>					
2	Подготовка к прогулке. Как вести себя на игровой площадке.	1			Стр.116-119
3	На игровой площадке: правила езды на велосипеде.	1			Стр.119-121
4	Учимся оказывать помощь. Практическая работа «Первая помощь при травмах».	1			Стр.122-125
5	Встреча с животным. Практическая работа «Оценка поз собаки. Первая помощь при укусе».	1			Стр.126-130
6	Контрольное тестирование по теме «На игровой площадке»	1			
<b>Тема 3. Безопасность в обществе (социуме)(5ч)</b>					
7	Какие конфликты возникают в социуме	1			Стр. 132-133
8	Шантаж и угрозы – социальные опасности.	1			Стр.134-137
9	Чрезвычайные ситуации социального характера	1			Стр. 139-142
10	Роль государства и общества в обеспечении безопасности жизни и здоровья граждан Российской Федерации.	1			Стр.143-144
11	Контрольное тестирование по теме «Безопасность в обществе (социуме)»				
<b>Тема 2. На природе (9ч)</b>					
12	Умеете ли вы ориентироваться ? Ориентирование по компасу. Практическая работа.	1			Стр. 146-149
13	Ориентирование без компаса. Измерение расстояний на местности. Практическая работа	1			Стр. 150-153
14	Если вы заблудились в лесу.	1			Стр. 153-155
15	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1			Стр .156-157
16	Природа полна неожиданностей!	1			Стр. 158-159
17	Помощь при укусах.	1			Стр. 160-166
18	Вода таит опасности	1			Стр. 166-174

19	На водоеме: правила нахождения на льду, правила организации переправы	1			Стр. 174-178
20	Контрольное тестирование по теме « На природе».				
<b>Тема 3. Туристический поход: радость без неприятностей (7ч.)</b>					
21	Перед походом...	1			Стр.180-182
22	Правила упаковки рюкзака. Практическая работа	1			Стр. 182-186
23	Походная аптечка.	1			Стр.186-189
24	В походе. Режим дня в походе.	1			Стр. 190-192
25	Походная еда.	1			Стр.193-196
26	Первая помощь при потёртостях кожи, пищевых отравлениях, ожогах. Практическая работа.	1			
27	Контрольное тестирование по теме «Туристический поход: радость без неприятностей»	1			
<b>Тема 4. Когда человек сам себе враг (7 ч.)</b>					
28	Вредные привычки	1			
29	Вред алкоголя. «Алкоголь наносит удар по организму»	1			Стр. 198-202
30	Вред курения. «Анализ данных медицинских исследований».	1			Стр. 203-204
31	Проектная деятельность «Вредные и опасные привычки»	1			
32	Проектная деятельность «Вредные и опасные привычки»	1			
33	Итоговая контрольная работа (тестирование)	1			
34	Итоговое занятие. Обобщение пройденного материала	1			