


**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство просвещения и воспитания Ульяновской области**  
**Муниципальное образование Вешкаймский район**  
**МОУ Ховринская ООШ**

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель ШМО

Учителей-предметников

 Железнова А.А.

Протокол №1 от  
«28» августа 2023г.

**СОГЛАСОВАНО**


Зам. директора по УВР

 Лисицына С.А.

От «29» августа 2023г.

**УТВЕРЖДЕНО**

Директор школы

 Шутов Е.Ф.

Протокол №126 от  
«29» августа 2023г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

**для 7 класса**

**основного общего образования**

**на 2023-2024 учебный год**

Составитель:

Павлов Максим Сергеевич

Учитель ОБЖ

**с.Ховрино 2023год**

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» (далее – ОБЖ) для **7 класса** (далее – Рабочая программа) составлена на основе авторской образовательной программы под общей редакцией А.Т. Смирнова (программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-11 классов общеобразовательных учреждений, авторы А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников, М.В. Маслов //Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-11 классы /под общей редакцией А.Т. Смирнова. - М.: Просвещение, 2011).

Преподавание предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» реализуется в общеобразовательном учреждении в объеме 1 часа в неделю **за счет времени регионального компонента**, 34 часов в год.

Для реализации Рабочей программы используется учебно-методический комплект, включающий: школьный учебник для **7 класса** «Основы безопасности жизнедеятельности» (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под редакцией Смирнова А.Т. Москва. Издательство «Просвещение», 2009 г.), включённый в Федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях, на 2013/2014 учебный год.

Содержание программы направлено на освоение учащимися знаний, умений и навыков на базовом уровне, что соответствует Образовательной программе школы. Она включает все темы, предусмотренные **региональным** компонентом государственного образовательного стандарта основного общего образования по ОБЖ и авторской программой учебного курса. Изменений в авторскую образовательную программу под общей редакцией А.Т. Смирнова (программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-11 классов общеобразовательных учреждений) не внесено.

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.

### **Цели и задачи программы обучения:**

#### **Задачи:**

- 1.Формирование у обучающихся научных представлений о принципах и путях снижения фактора риска в деятельности человека и общества;
2. Выработка умений предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и адекватно противодействовать им;
3. Формирование у обучающихся модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, а также развитие способностей оценивать опасные ситуации, принимать решения и действовать безопасно с учетом своих возможностей.

#### **Цели:**

1. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера; их влиянии на

безопасность личности, общества и государства; о здоровье человека и здоровом образе жизни (ЗОЖ), об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

2. Развитие личных, духовных и физических качеств, обеспечивающих безопасное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. Воспитание ценностного отношения к человеческой жизни, личному и общественному здоровью.

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

4. Овладение умениями оценивать возникающие ситуации, опасные для жизни и здоровья; умело действовать в ЧС; оказывать ПМП пострадавшим.

5. Развивать умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников.

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности.

#### **Формы занятий, используемые при обучении:**

- учебные и учебно-тренировочные занятия с элементами моделирования опасных и экстремальных ситуаций;
- подготовка индивидуальных рефератов;
- индивидуальные консультации;
- практические занятия;
- внеклассная и внешкольная работа (участие во Всероссийской олимпиаде по ОБЖ, мероприятиях и соревнованиях в рамках детско-юношеского движения «Безопасное колесо» и пожарно-прикладным видам соревнований, проведение Дня защиты детей, различных эстафет и викторин по ОБЖ, встречи с ветеранами войны и труда, работниками военкомата и правоохранительных органов, органов ГОЧС, ГИБДД, медицины и др.).

**СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ УЧЕБНОГО КУРСА**  
**Распределение времени по разделам и темам программы**

№ модуля раздела, темы	Наименование модуля, раздела, темы	Количество часов
<b>М - I</b>	<b>Основы безопасности личности, общества и государства</b>	<b>24</b>
<b><i>P- I</i></b>	<b><i>Основы комплексной безопасности</i></b>	<b>16</b>
<i>Тема 1</i>	<i>Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера</i>	3
<i>Тема 2</i>	<i>Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их причины и последствия</i>	4
<i>Тема 3</i>	<i>Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения, их причины и последствия</i>	2
<i>Тема 4</i>	<i>Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения</i>	4
<i>Тема 5</i>	<i>Чрезвычайные ситуации биологического происхождения, их причины и последствия</i>	3
<b><i>P - II</i></b>	<b><i>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</i></b>	<b>8</b>
<i>Тема 2</i>	<i>Чрезвычайные ситуации геологического происхождения и защита населения</i>	3
<i>Тема 3</i>	<i>Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения и защита населения</i>	1
<i>Тема 4</i>	<i>Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения и защита населения</i>	3
<i>Тема 5</i>	<i>Чрезвычайные ситуации биологического происхождения и защита населения</i>	1
<b><i>P- III</i></b>	<b><i>Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ.</i></b>	<b>4</b>
<i>Тема 6</i>	<i>Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму</i>	4
<b><i>М - II</i></b>	<b><i>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</i></b>	<b>11</b>
<b><i>P- IV</i></b>	<b><i>Основы здорового образа жизни.</i></b>	<b>7</b>
<i>Тема 7</i>	<i>Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека</i>	7
<b><i>P- V</i></b>	<b><i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.</i></b>	<b>4</b>
<i>Тема 8</i>	<i>Первая медицинская помощь при неотложных состояниях</i>	3
<b>Всего часов:</b>		<b>34</b>

**Раздел I. Основы комплексной безопасности**

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

Различные природные явления и причины их возникновения. Строение оболочки земли: литосфера, атмосфера, гидросфера и биосфера. 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. ЧС природного характера.

### 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. Возможные последствия землетрясений. Основные районы на территории России, где вероятность землетрясений велика.

Основные принципы защиты населения от землетрясений. Комплекс мероприятий, проводимых по защите населения от последствий землетрясений. Разработка способов повышения устойчивости зданий и сооружений, а также защита 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 в различных ситуациях: если землетрясение застало вас дома, на улице, в школе. Правила безопасного поведения после землетрясения.

Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле. Типы вулканов: действующие, дремлющие и потухшие, их характеристики, причины и предвестники их извержений. 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. 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 - причина возникновения ураганов и бурь, их строение, скорость перемещения.

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

Мероприятия по защите населения от последствий ураганов и бурь. Организация непрерывного наблюдения за состоянием атмосферы. Прогноз возникновения циклонов, их перемещение и возможные последствия. Организация оповещения населения об угрозе ураганов и бурь. Рекомендации населению по правилам поведения при получении штормового оповещения о приближении урагана или бури.

Смерч, основные понятия и определения. Характеристики 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.

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

Цунами и их характеристика. Причины возникновения цунами, их возможные последствия. Организация защиты населения от последствий цунами. Подготовка населения к безопасному 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 и их характеристика. 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. Причины их возникновения, краткая характеристика. Противоэпизоотические и противоэпифитотические мероприятия.

## **Раздел – II. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций**

Тема 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения и защита населения.

Защита населения от последствий землетрясения. Последствия извержения вулканов и защита населения. Защита населения от оползней.

Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения и защита населения.

Защита населения от ураганов и бурь.

**Р- III Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ.**

Тема 6 Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму

Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность

Роль нравственных позиций и личных качеств подростков в формировании антитеррористического поведения

Терроризм и экстремизм их причины и последствия

Как действовать в опасных ситуациях, связанных с проявлением экстремизма и терроризма

**Раздел IV. Основы здорового образа 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. Формирование основных качеств взрослого человека.

Тема 8. Первая медицинская помощь и правила ее оказания (практические занятия).

Общие понятия и определения первой медицинской помощи, доврачебной помощи, первой врачебной помощи. Общий порядок действий при оказании первой медицинской помощи.

Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении: при незначительных ранах, при сильном кровотечении. Оказание первой медицинской помощи при артериальном и венозном кровотечении.

Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах.

Общие правила транспортировки пострадавшего.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ урока	Номер раздела,		Кол-	Д/З	Примечание	Дата
	<b>М - I</b>	<b>Основы безопасности личности, общества и государства</b>	<b>24</b>			
	<b>Р - I</b>	<b>Основы комплексной безопасности</b>	<b>16</b>			
	<b>Тема 1</b>	<b>Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера</b>	<b>3</b>			
1.		Различные природные явления и причины их возникновения	1	§1.1		
2.		Общая характеристика природных явлений	1	§1.2		
3.		Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера	1	§1.3		
	<b>Тема 2</b>	<b>Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их причины и последствия</b>	<b>3</b>			
4.		Землетрясения. Оползни и обвалы	1	§2.1		
5.		Правила безопасного поведения населения при землетрясении	1	§2.3		
6.		Вулканы, извержения вулканов. Расположение вулканов на Земле	1	§2.4		
	<b>Тема 3</b>	<b>Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения, их причины и последствия</b>	<b>2</b>			
7.		Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия	1	§3.1		
8.		Смерчи, причины их возникновения, возможные последствия	1	§3.3		
	<b>Тема 4</b>	<b>Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения</b>	<b>5</b>			
9.		Наводнения. Виды наводнений и их причины	1	§4.1		
10.		Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнения	1	§4.3		
11.		Сели и их характеристика	1	§4.4		
12.		Цунами и их характеристика	1	§4.6		
13.		Снежные лавины	1	§4.8		
	<b>Тема 5</b>	<b>Чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения, природные пожары</b>	<b>3</b>			
14.		Лесные, степные и торфяные пожары и их характеристика	1	§5.1		
15.		Эпидемии. Профилактика заболеваний	1	§5.3		
16.		Эпизоотии и эпифитотии. Профилактика заболеваний.	1	§5.4		
	<b>Р - II</b>	<b>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</b>	<b>8</b>			
	<b>Тема 2</b>	<b>Чрезвычайные ситуации геологического происхождения и защита населения</b>	<b>3</b>			



17.		Защита населения от последствий землетрясений	1	§2.2		
18.		Последствия извержения вулканов. Защита населения	1	§2.5		
19.		Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения	1	§2.6		
	<b>Тема 3</b>	<b>Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения и защита населения</b>	<b>1</b>			
20.		Защита населения от последствий ураганов и бурь	1	§3.2		
	<b>Тема 4</b>	<b>Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения и защита населения</b>	<b>3</b>			
21.		Защита населения от последствий наводнений	1	§4.2		
22.		Защита населения от последствий селевых потоков	1	§4.5		
23.		Защита населения от цунами.	1	§4.7		
	<b>Тема 5</b>	<b>Чрезвычайные ситуации биологического происхождения и защита населения</b>	<b>1</b>			
24.		Профилактика лесных, степных и торфяных пожаров, защита населения	1	§5.2		
	<b>Р- III</b>	<b>Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ.</b>	<b>4</b>			
	<b>Тема 6</b>	<b>Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму</b>	<b>4</b>			
25.		Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность	1	§6.1		
26.		Роль нравственных позиций и личных качеств подростков в формировании антитеррористического поведения	1	§6.2		
27.		Терроризм и экстремизм их причины и последствия	1	Подготовить		
		Как действовать в опасных ситуациях, связанных с проявлением экстремизма и терроризма	1	Составить памятку		
	<b>М - II</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.</b>	<b>11</b>			
	<b>Р- IV</b>	<b>Основы здорового образа жизни.</b>	<b>3</b>			
	<b>Тема 7</b>	<b>Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека</b>	<b>7</b>			
28.		Психологическая уравновешенность	1	§7.1		
29.		Стресс и его влияние на человека	1	§7.2		
30.		Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте	1	§7.3		
	<b>Р-V</b>	<b>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</b>	<b>4</b>			
	<b>Тема 8</b>	<b>Первая медицинская помощь при неотложных состояниях</b>	<b>4</b>			

31.		Общие правила оказания первой медицинской помощи	1	§8.1		
32.		Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении	1	§8.2		
33.		Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах	1	§8.3		
34.		Общие правила транспортировки пострадавших.	1	§8.4		
		<b>Всего часов:</b>	<b>34</b>			

## **ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

### **Обучающийся должен:**

#### **знать:**

- основные составляющие здорового образа жизни, обеспечивающие духовное, физическое и социальное благополучие; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и способы их профилактики;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- организацию защиты населения от ЧС природного, техногенного и социального характера, права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- приемы и правила оказания первой медицинской помощи;

#### **уметь:**

- предвидеть опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;
- 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;
- соблюдать правила личной безопасности в криминогенных ситуациях и в местах скопления большого количества 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:**

- выработки потребности в соблюдении норм ЗОЖ, невосприимчивости к вредным привычкам;
- обеспечения личной безопасности в различных опасных и ЧС;
- соблюдения мер предосторожности на улицах, дорогах и правил безопасного поведения в общественном транспорте;
- безопасного пользования бытовыми приборами, инструментами и препаратами бытовой химии в повседневной жизни;
- проявления бдительности и безопасного поведения при угрозе террористического акта или при захвате в качестве заложника;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных опасных или бытовых ситуациях;
- обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

## КРИТЕРИИ ОТМЕТОК

Преобладающей формой текущего контроля выступает устный опрос (собеседование) и периодически - письменный (самостоятельные работы или контрольное тестирование).

Знания и умения обучающихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.

1. **Оценку «5»** получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает обучающийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.

2. **Оценку «4»** получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), практическая деятельность или их результат в целом соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4» получает обучающийся, набравший 70 – 89% от максимально возможного количества баллов.

3. **Оценку «3»** получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает обучающийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.

4. **Оценку «2»** получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает обучающийся, набравший менее 44% от максимально возможного количества баллов.

