МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования и науки Брянской области

Муниципальное образование Погарский район

МБОУ Гринёвская СОШ

Выписка
из основной образовательной программы основного общего образования

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО
Методическое объединение учителей	Зам.директора по УВР
физической культуры, ОБЖ,	Яковец Л.Ю.
технологии, ИЗО	22.08.2023 г.
протокол №1 от 22.08.2023 г.	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

для обучающихся 7 классов

Составитель: учитель «Основы безопасности жизнедеятельности»:
Деденко Владимир Петрович

Выписка верна: 23.08.2023
Директор школы: Созоненко Л.М.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН УСИЛЕННОЙ КВАЛИФИЦИРОВАННОЙ ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

владелец: директор МБОУ Гринёвская СОШ Созоненко Людмила Михайловна

действителен с 1 марта 2023 г. по 24 мая 2024 г.

отпечаток сертификата:
d38ae3e9c072708918b4e05c3544032f1aaa420e

с. Гринёво 2023 г.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРЕДМЕТА ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ 7 КЛАСС

Личностные результаты:

• усвоение правил индивидуального и коллективного без опасного 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 мире профессий и профессиональных предпочтений с учетом устойчивых познавательных интересов;

• формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, 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 правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственною 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 ее 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 анти-экстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей 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 ее

решения;

• владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанною выбора в учебной и познавательной деятельности;

• умение определять поняли, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической иэкстремистской 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 дли 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 и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

• освоение приемок действии 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 защита 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 зашиты 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, курение 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 безопасного 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 для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ 7 КЛАСС

Введение. Основы безопасности жизнедеятельности (3 часа)

Проблема здорового образа жизни. Как её решали в древности. Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ.
Расширение кругозора. Физическое воспитание в Спарте.

Зависит ли здоровье от образа жизни? Физическое здоровье человека. (5 часов)

Что такое здоровый образ жизни. Слагаемые здоровья. Что такое физическое здоровье. Значение физической культуры для здоровья человека. Хорошее физическое состояние обеспечивает здоровье и эмоциональное благополучие человека. Закаливание как способ тренировки организма. Правила личной гигиены.
Расширение кругозора. Русская баня и здоровье; польза закаливания.

Правильное питание. (4 часа)

Правила рационального питания, соблюдение которых позволяет поддерживать здоровье. Белки — строительный материал для организма; углеводы и жиры — источник энергии для организма. Продукты питания как экологический фактор. Питание и болезни. Диета.
Расширение кругозора. Чемпион среди круп по содержанию белков. Благотворное воздействие зелёного чая.

Психическое здоровье человека. (2 часа)

Психическое здоровье — эмоциональное благополучие человека. Способность управлять эмоциями, спокойно решать возникающие проблемы. Использование релаксационных упражнений как средства регулирования своего эмоционального состояния, развитие способности «властвовать собой». Воздействие шумов на организм человека. Компьютер и здоровье. Информационная безопасность.

Социальное здоровье человека. (3 часа)

Человек — социальное существо, член общества. Социальная среда — обязательное условие развития человека. Отношения с окружающими людьми — показатель социального здоровья человека. Общение — ценная деятельность человека. Учение — социально важная деятельность, обеспечивающая прогресс общества. Круг интересов человека. Фанаты и поклонники.
Расширение кругозора. Дети - маугли.

Репродуктивное здоровье подростков и его охрана. (2 часа)

Репродуктивное здоровье — способность человека к воспроизведению. Половое созревание — особенность подросткового и юношеского возраста. Подготовка организма к деторождению. Чистота тела — одно из условий репродуктивного здоровья. Риски старшего подросткового возраста.

Как вести себя при пожаре. Чрезвычайные ситуации в быту.(9 часов)

Пожар — чрезвычайная ситуация. Причины пожаров. Поражающие факторы пожара. Правила пожарной безопасности. Безопасность во время праздничных фейерверков. Организация эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения. Помощь при ожогах.
Залив жилища. Причины заливов помещений. Правила поведения при заливах. Электричество при неправильном использовании может быть опасным. Правила

пользования электроприборами. Оценка обстановки при электротравмах, первая помощь.

Правила пользования газовыми приборами. Первая помощь при отравлении бытовым газом. Правила безопасности при пользовании бытовой химией.

Разумная предосторожность. Опасные игры (7 часов)

Досуг в городе; каких мест лучше избегать. Как вести себя на улице. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении. Подручные средства самообороны.

Места, где играть запрещено. Опасности, которые скрывает карьер. Экстрим в игре и спорте. Неразорвавшиеся боеприпасы.

Расширение кругозора. Уголовный кодекс РФ о проникновении в чужое жилище.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

№ п/п	ДАТА		Наименование разделов, тем	Количество часов
	По плану	Фактически		
			Введение. Цели предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»	3
1			Инструктаж по ТБ. Проблема здорового образа жизни. Как её решали в древности.	1
2			Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ.	1
3			Входной контроль. Физическое воспитание в Спарте.	1
			Зависит ли здоровье от образа жизни? Физическое здоровье человека.	5
4			Что такое здоровый образ жизни. Слагаемые здоровья.	1
5			Что такое физическое здоровье. Значение физической культуры для здоровья человека.	1
6			Хорошее физическое состояние обеспечивает здоровье и эмоциональное благополучие человека.	1
7			Закаливание как способ тренировки организма. Правила личной гигиены.	1
8			Русская баня и здоровье; польза закаливания.	1
			Правильное питание	4
9			Правила рационального питания, соблюдение которых позволяет поддерживать здоровье.	1
10			Продукты питания как экологический фактор.	1
11			Питание и болезни. Диета.	1
12			Чемпион среди круп по содержанию белков. Благотворное воздействие зелёного чая.	1
			Психическое здоровье человека.	2
13			Воздействие шумов на организм человека. Компьютер и здоровье. Информационная	1

			безопасность.	
14			Воздействие шумов на организм человека. Компьютер и здоровье. Информационная безопасность.	1
			Социальное здоровье человека.	3
15			Общение – ценность.	1
16			Инструктаж по ТБ. Круг интересов человека. Фанаты и поклонники.	1
17			Дети – маугли.	1
			Репродуктивное здоровье подростков и его охрана.	2
18			Репродуктивное здоровье — способность человека к воспроизведению.	1
19			Риски старшего подросткового возраста.	1
			Как вести себя при пожаре. Чрезвычайные ситуации в быту.	9
20			Пожар — чрезвычайная ситуация. Причины пожаров.	1
21			Организация эвакуации из горящего здания.	1
22			Помощь при ожогах.	1
23			Средства пожаротушения.	1
24			Безопасность во время праздничных фейерверков.	1
25			Правила пользования газовыми приборами. Первая помощь при отравлении бытовым газом.	1
26			Правила безопасности при пользовании бытовой химией.	1
27			Залив жилища. Причины заливов помещений. Правила поведения при заливах.	1
28			Электричество при неправильном использовании может быть опасным. Правила пользования электроприборами.	1
			Разумная предосторожность. Опасные игры.	6

29			Досуг в городе: каких мест лучше избегать. Как вести себя на улице.	1
30			Меры предосторожности в лифте и на лестнице.	1
31			Правила поведения при нападении. Подручные средства самообороны.	1
32			Места, где играть запрещено. Опасности, которые скрывает карьер. Неразорвавшиеся боеприпасы.	1
33			Итоговая контрольная работа на промежуточной аттестации.	1
34			Уголовный кодекс РФ о проникновении в чужое жилище.	1
35			Повторение. Подведение итогов.	1