

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
МБОУ Зимовниковская СОШ № 6
имени Героя России Дьяченко А.А.**



УТВЕРЖДЕНО

Директор школы

Полищук Е. В.

Приказ №121 от «30» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

для обучающихся 7-х классов

п.Зимовники

2023г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для основной общеобразовательной школы 7 -9 класс составлена на основе:

- Федеральный Закон от 29.12. 2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ред. от 02.03.2016; с изм. и доп., вступ. в силу с 01.07.2016);
- Областной закон от 14.11.2013 № 26-ЗС «Об образовании в Ростовской области» (в ред. от 24.04.2015 № 362-ЗС);
- Примерная основная образовательная программа основного общего образования (одобрена федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию, протокол заседания от 08.04.2015 № 1/15);
- приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (в ред. приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 № 1644);
- приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (в ред. от 13.12. 2013, от 28.05.2014, от 17.07.2015);
- Устав МБОУ Зимовниковской СОШ № 6 имени Героя России Андрея Александровича Дьяченко (приказ управления образования Зимовниковского района от 16.05.2016г. № 6).
- ООП ООМОБУ Зимовниковской СОШ № 6 имени Героя России Дьяченко А.А.(утверждена приказом от - 30 .08.2023 года № 121);

Программа составлена на основе рабочей программы основного общего образования по предмету Основы безопасности жизнедеятельности: 5—9 классы: рабочая программа/Н.Ф.Виноградова, Д.В.Смирнов, А. Б. Таранин. — М.: Вентана-Граф, 2017. — 67с.

Рабочая программа полностью отражает базовый уровень подготовки школьников по разделам программы. Она конкретизирует содержание тем образовательного стандарта и дает примерное распределение учебных часов по разделам курса.

Изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) в основной школе направленно на реализацию следующей воспитательно-образовательной цели:

1. Формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к

личной безопасности и безопасности окружающих.

2. Развитие навыков сохранения жизни и здоровья в неблагоприятных, угрожающих жизни условиях, умений оказывать своевременную и грамотную помощь себе и другим пострадавшим.

3. Воспитание способности к самоконтролю, самооценке поведения в ситуациях, которые могут стать опасными для жизни и здоровья окружающих, развитие умения предвидеть последствия своего (чужого) поведения.

4. Воспитание организованности, дисциплинированности, стремления к самосовершенствованию, физическому и духовно-нравственному развитию.

Общая характеристика учебных курсов, предметов, дисциплин.

В современном мире опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера стали объективной реальностью в процессе жизнедеятельности каждого человека. Они несут угрозу его жизни и здоровью, наносят огромный ущерб окружающей природной среде и обществу. В настоящее время вопросы обеспечения культуры безопасности жизнедеятельности стали одной из насущных потребностей каждого человека, общества и государства.

Под культурой безопасности жизнедеятельности следует понимать способ организации деятельности человека, представленный в системе социальных норм, убеждений, ценностей, обеспечивающих сохранение его жизни, здоровья и целостности окружающего мира. Формирование современного уровня культуры безопасности является общешкольной задачей, так как изучение всех школьных предметов вносит свой вклад в формирование современного уровня культуры безопасности, но при этом ключевая роль принадлежит предмету «Основы безопасности жизнедеятельности». В то же время предмет ОБЖ через собственную систему образовательных модулей реализует подготовку учащихся к безопасной жизнедеятельности в реальной окружающей их среде – природной, техногенной и социальной. Изучение курса, позволяет обучающимся получить систематизированное представление о личном здоровье, здоровом образе жизни, здоровье населения, об опасностях, о прогнозировании опасных ситуаций, оценке влияния их последствий на здоровье и жизнь человека и выработке алгоритма безопасного поведения с учетом своих возможностей.

Содержание курса включает теорию здорового образа жизни, защиты человека в различных ситуациях, первой медицинской помощи, а также практические занятия по оказанию первой медицинской помощи, правилам поведения в экстремальных ситуациях (через решение ситуационных задач, практических навыков эвакуации, занятий в игровой

форме, изучение в реальной обстановке возможных в повседневной жизни опасных ситуаций).

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности и культура здоровья» направлен на формирование у учащихся активных и сознательных действий в настоящем и будущем, ориентированных на:

- улучшение собственного физического и психического здоровья;
- отказ в образе жизни от поведения, наносящего вред своему здоровью и здоровью окружающих;
- нетерпимое отношение к неправильному гигиеническому поведению других людей и к ухудшению условий окружающей среды, наносящих ущерб здоровью;
- сознательное участие в охране здоровья и формировании среды, способствующей здоровью, особенно условий труда и быта;
- адекватное поведение в случае болезни, особенно хронической, направленной на выздоровление.

Место учебного предмета, курса, дисциплины(модуля) в учебном плане).

Программа рассчитана на изучение курса «Основ безопасности жизнедеятельности» с 7-9 класс. Минимальное количество учебных часов в неделю – 1 час.

Содержание учебного предмета, курса, дисциплины (модуля).

« ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ »

7 класс

Введение. Основы безопасности жизнедеятельности.

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

Здоровый образ жизни. Что это?

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

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. Благоприятное воздействие зелёного чая

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

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 — 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

Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни

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

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

Итоговое контрольное тестирование

Итоговое повторение и обобщение

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Учебно-методические комплекты по основам безопасности
жизнедеятельности

Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В., Сидоренко Л. В., Таранин А. Б. Основы безопасности жизнедеятельности. 5—7 классы: учебник. — М.: Вентана-Граф.

Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В., Сидоренко Л. В. и др. Основы безопасности жизнедеятельности. 8—9 классы: учебник. — М.: Вентана-Граф.

Программы, методические и учебные пособия

Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В., Таранин А. Б. Основы безопасности жизнедеятельности. 5—7 классы: рабочая программа. — М.: Вентана-Граф.

Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 8—9 классы: рабочая программа. — М.: Вентана-Граф.

Виноградова Н. Ф. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-7 классы: методическое пособие. — М.: Вентана-Граф.

Виноградова Н. Ф., Смирнов Д. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 8—9 классы: методическое пособие. — М.: Вентана-Граф.

Экранно-звуковые пособия

Видеофильмы по основным темам раздела курса ОБЖ в основной школе.

Результаты (в рамках ФГОС общего образования – личностные, метапредметные и предметные) освоения конкретного учебного курса, предмета, дисциплин(модулей) и система их оценки.

Личностные результаты:

- освоение социальных норм поведения, социальных ролей, связанных с необычными, неожиданными и чрезвычайными ситуациями;
- сформированность социально значимых межличностных отношений, ценностных жизненных установок и нравственных представлений;
- эмоционально-отрицательная оценка потребительского отношения к окружающей среде, к проявлению асоциального поведения;
- наличие способности предвидеть результаты своих действий, корректировать те из них, которые могут привести к нежелательным и/или опасным последствиям;
- устойчивое стремление и готовность к саморазвитию и личностному совершенствованию.

Метапредметные результаты (универсальные учебные действия)

Познавательные:

- использовать умственные операции (анализ, синтез, сравнение, классификация и др.) для оценки, интерпретации, обобщения получаемой информации;
- сопоставлять информацию по одной и той же проблеме, полученную из разных источников (текст, иллюстрация, графическое представление);
- сравнивать чрезвычайные ситуации, классифицировать их по степени опасности для жизни и здоровья людей;
- осуществлять поиск информации, необходимой для выбора правильных решений в чрезвычайных ситуациях, связанных с бытом, повседневной школьной жизнью, отдельными природными и техногенными происшествиями.

Регулятивные:

- планировать по собственному побуждению свою жизнь и деятельность, ориентируясь на изученные правила поведения в различных ситуациях;
- контролировать своё поведение, проявлять желание и способность предвидеть последствия своих действий и поступков;
- оценивать неординарные, чрезвычайные ситуации, определять ошибки в действиях их участников, намечать способы их устранения.

Коммуникативные:

- участвовать в диалоге (высказывать своё мнение, терпимо относиться к разным мнениям, объективно оценивать суждения участников);
- формулировать обобщения и выводы по изученному материалу;
- составлять обоснованные суждения о правилах поведения в различных чрезвычайных ситуациях;
- характеризовать понятия (в рамках изученных), пользоваться словарями для уточнения их значения и смысла;
- характеризовать причины происходящих событий, делать выводы о возможных способах их устранения.

Предметные результаты

Учащиеся научатся:

- объяснять смысл основных понятий (в рамках изученного материала);
- характеризовать государственную политику, связанную с предотвращением различных чрезвычайных ситуаций и борьбой с ними (в рамках изученного материала);
- раскрывать особенности семьи как социального института; характеризовать факторы благополучных взаимоотношений в семье;
- выявлять факторы, влияющие на здоровье и благополучие человека;
- раскрывать особенности организации безопасного туризма, отдыха, игр и занятий;

- классифицировать и характеризовать виды чрезвычайных ситуаций, особенности каждого вида;
- анализировать и оценивать ситуации, связанные с опасностями для здоровья и жизни человека в близком окружении и в масштабах региона;
- различать чрезвычайные ситуации разного вида (природные, биологические, техногенные, социальные); приводить примеры разных видов чрезвычайных ситуаций;
- предвидеть возможные последствия своих действий и поведения;
- проявлять желание противостоять негативным влияниям окружающей социальной среды, коллектива сверстников, взрослых;
- организовывать режим, двигательную активность, закаливание и др.;
- проявлять разумную предосторожность в выборе мест для игр, пользовании бытовыми электроприборами;
- ориентироваться в дорожной обстановке, соблюдать правила дорожного движения;
- оказывать первую помощь в различных чрезвычайных ситуациях.

1. Оценку «5» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, 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 учащийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.

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

3. Оценку «3» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, 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 учащийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.

4. Оценку «2» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, 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 учащийся, набравший 20 - 44% от максимально возможного количества баллов.

7 Акласс. Календарно – тематическое планирование.

№ п/п	Тема	Количество часов	Дата	
			план	факт
1.	Ведение. Цели предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».	1	1.09	
Здоровый образ жизни. Что это?				
2.	Что такое здоровый образ жизни. Слагаемые здоровья.	1	8.09	
3.	Зависит ли здоровье от образа жизни?	1	15.09	
4.	Что такое физическое здоровье. Значение физической культуры для здоровья человека.	2	22.09 29.09	
5.	Закаливание как способ тренировки организма. Правила личной гигиены.	2	6.10 13.10	
6.	Правила рационального питания. Контрольная работа за первую четверть.	1	20.10	
7.	О жирах, белках и углеводах.	1	27.10	
8.	Проблемы экологии питания.	1	10.11	
9.	Поговорим о диете.	1	17.11	
10.	Показатели психического здоровья и нездоровья.	2	24.11 1.12	
11.	Человек и мир звуков: влияние городской экологии на здоровье.	2	8.12 15.12	
12.	Что определяет социальное здоровье человека.	1	22.12	

№ п/п	Тема	Количество часов	Дата	
			план	факт
13.	Учение – социально важная деятельность.	1	29.12	
14.	Что такое репродуктивное здоровье?	1	12.01	
15.	Риски старшего подросткового возраста.	2	19.01 26.01	
Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни				
16.	Причины и последствия пожаров	1	2.02	
17.	Средства пожаротушения.	1	9.02	
18.	Правила пользования пиротехникой.	1	16.02	
19.	Организация эвакуации из горящего здания. Помощь при ожогах. Контрольная работа за третью четверть.	2	1.03 15.03	
20.	Если произошло отравление газом. Первая мед.помощь	1	22.03	
21.	Бытовая химия: безопасность использования. Первая медпомощь.	1	5.04	
22.	Залив жилища.	1	12.04	
23.	Опасное электричество.	1	19.04	
24.	Как выбрать место для отдыха.	1	26.04	
25.	Как вести себя на улице, лифте и на лестнице. Самооборона	1	10.05	
26.	Опасные игры. Что скрывает карьер. Неразорвавшиеся снаряды.	1	17.05	
27.	Экстрим в игре и спорте. Первая помощь при переломах.	1	24.05	
28.	Всего	34		

7Б класс. Календарно – тематическое планирование.

№ п/п	Тема	Количество часов	Дата	
			план	факт
1.	Ведение. Цели предмета «Основы безопасности жизнедеятельности».	2	5.09 12.09	
Здоровый образ жизни. Что это?				
2.	Что такое здоровый образ жизни. Слагаемые здоровья.	1	19.09	
3.	Зависит ли здоровье от образа жизни?	1	26.09	
4.	Что такое физическое здоровье. Значение физической культуры для здоровья человека.	2	3.10 10.10	
5.	Закаливание как способ тренировки организма. Правила личной гигиены. Контрольная работа за первую четверть.	2	17.10 24.10	
6.	Правила рационального питания.	1	7.11	
7.	О жирах, белках и углеводах.	1	14.11	
8.	Проблемы экологии питания.	1	21.11	
9.	Поговорим о диете.	1	28.11	
10.	Показатели психического здоровья и нездоровья.	2	5.12 12.12	
11.	Человек и мир звуков: влияние городской экологии на здоровье.	1	19.12	
12.	Что определяет социальное здоровье человека.	1	26.12	

№ п/п	Тема	Количество часов	Дата	
			план	факт
13.	Учение – социально важная деятельность.	2	9.01 16.01	
14.	Что такое репродуктивное здоровье?	1	23.01	
15.	Риски старшего подросткового возраста.	2	30.01 6.02	
Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни				
16.	Причины и последствия пожаров	1	13.02	
17.	Средства пожаротушения.	1	20.02	
18.	Правила пользования пиротехникой.	1	27.02	
19.	Организация эвакуации из горящего здания. Помощь при ожогах. Контрольная работа за третью четверть.	1	5.03	
20.	Если произошло отравление газом. Первая мед.помощь	1	12.03	
21.	Бытовая химия: безопасность использования. Первая медпомощь.	1	19.03	
22.	Залив жилища.	1	2.04	
23.	Опасное электричество.	1	9.04	
24.	Как выбрать место для отдыха.	1	16.04	
25.	Как вести себя на улице, лифте и на лестнице. Самооборона	2	23.04 30.04	
26.	Опасные игры. Что скрывает карьер. Неразорвавшиеся снаряды.	1	7.05	
27.	Экстрим в игре и спорте.	1	14.05	
28.	Первая помощь при переломах.	1	21.05	

№ п/п	Тема	Количество часов	Дата	
			план	факт
29.	Всего	35		