

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Ряженская средняя общеобразовательная школа  
имени Героя Советского Союза Владимира Венедиктовича Есауленко

РАССМОТРЕНО

методическим советом  
школы

С.В. Серикова  
Председатель МО

Серикова С.В.

Протокол №1

от « 30 » 08 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по  
учебно-воспитательной  
работе

С.В. Серикова  
Серикова С.В.

УТВЕРЖДЕНО

Директор МБОУ

Ряженской сош

им. Героя Советского

Союза В.В. Есауленко

Г.В. Бухтиярова  
Бухтиярова Г.В.

Приказ № 175

от « 31 » 08 2023 г.

## Рабочая программа

учебного курса

**Основы обеспечения безопасности и выживания**

(учебный предмет, курс)

для обучающихся 7-х классов

Учитель Быков Михаил Владимирович

Ряженое, 2023

## **МЕСТО УЧЕБНОГО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Всего на изучение учебного предмета ОБЖ на уровне основного общего образования в 7 классе отводится 34 часа.

## **ЦЕЛЬ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА**

Целью изучения учебного курса на уровне среднего общего образования является достижение выпускниками базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с актуальными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:

способность применять принципы и правила безопасного поведения в повседневной жизни на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин и механизмов возникновения и развития различных опасных и чрезвычайных ситуаций, готовности к применению необходимых средств и действиям при возникновении чрезвычайных ситуаций;

сформированность активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного и группового безопасного поведения в интересах благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства;

знание и понимание роли личности, общества и государства в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ**

Настоящая Программа ориентирована на выполнение требований к результатам освоения основной образовательной программы (личностным, метапредметным и предметным), которые должны демонстрировать выпускники по завершении обучения в средней школе.

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Личностные результаты достигаются в единстве учебной и воспитательной деятельности в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в российском обществе правилами и нормами поведения.

Личностные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны способствовать процессам самопознания, самовоспитания и саморазвития, развития внутренней позиции личности, патриотизма, гражданственности и проявляться, прежде всего, в уважении к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, гордости за российские достижения, в готовности к осмысленному применению принципов и правил безопасного поведения в повседневной жизни, соблюдению правил экологического поведения, защите Отечества, бережном отношении к окружающим людям, культурному наследию и уважительном отношении к традициям многонационального народа Российской Федерации и к жизни в целом.

#### ***Гражданское воспитание:***

сформированность активной гражданской позиции обучающегося, готового и способного применять принципы и правила безопасного поведения в течение всей жизни;

уважение закона и правопорядка, осознание своих прав, обязанностей и

ответственности в области защиты населения и территории Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций и в других областях, связанных с безопасностью жизнедеятельности;

сформированность базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности как основы для благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства;

готовность противостоять идеологии экстремизма и терроризма, национализма и ксенофобии, дискриминации по социальным, религиозным, расовым, национальным признакам;

готовность к взаимодействию с обществом и государством в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения;

готовность к участию в деятельности государственных социальных организаций и институтов гражданского общества в области обеспечения комплексной безопасности личности, общества и государства.

#### ***Патриотическое воспитание:***

сформированность российской гражданской идентичности, уважения к своему народу, памяти защитников Родины и боевым подвигам Героев Отечества, гордости за свою Родину и Вооружённые силы Российской Федерации, прошлое и настоящее многонационального народа России, российской армии и флота;

ценностное отношение к государственным и военным символам, историческому и природному наследию, дням воинской славы, боевым традициям Вооружённых сил Российской Федерации, достижениям России в области обеспечения безопасности жизни и здоровья людей;

сформированность чувства ответственности перед Родиной, идейная убеждённость и готовность к служению и защите Отечества, ответственность за его судьбу.

#### ***Духовно-нравственное воспитание:***

осознание духовных ценностей российского народа и российского воинства;

сформированность ценности безопасного поведения, осознанного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности других людей, общества и государства;

способность оценивать ситуацию и принимать осознанные решения, готовность реализовать риск-ориентированное поведение, самостоятельно и ответственно действовать в различных условиях жизнедеятельности по снижению риска возникновения опасных ситуаций, перерастания их в чрезвычайные ситуации, смягчению их последствий;

ответственное отношение к своим родителям, старшему поколению, семье, культуре и традициям народов России, принятие идей волонтерства и добровольчества.

#### ***Эстетическое воспитание:***

эстетическое отношение к миру в сочетании с культурой безопасности жизнедеятельности;

понимание взаимозависимости успешности и полноценного развития и безопасного поведения в повседневной жизни.

#### ***Физическое воспитание:***

осознание ценности жизни, сформированность ответственного отношения к своему здоровью и здоровью окружающих;

знание приёмов оказания первой помощи и готовность применять их в случае

необходимости;

потребность в регулярном ведении здорового образа жизни; осознание последствий и активное неприятие вредных привычек и иных форм причинения вреда физическому и психическому здоровью.

***Трудовое воспитание:***

готовность к труду, осознание значимости трудовой деятельности для развития личности, общества и государства, обеспечения национальной безопасности;

готовность к осознанному и ответственному соблюдению требований безопасности в процессе трудовой деятельности;

интерес к различным сферам профессиональной деятельности, включая военно-профессиональную деятельность;

готовность и способность к образованию и самообразованию на протяжении всей жизни.

***Экологическое воспитание:***

сформированность экологической культуры, понимание влияния социально-экономических процессов на состояние природной среды, осознание глобального характера экологических проблем, их роли в обеспечении безопасности личности, общества и государства;

планирование и осуществление действий в окружающей среде на основе соблюдения экологической грамотности и разумного природопользования;

активное неприятие действий, приносящих вред окружающей среде; умение прогнозировать неблагоприятные экологические последствия предпринимаемых действий и предотвращать их;

расширение представлений о деятельности экологической направленности.

***Ценности научного познания:***

сформированность мировоззрения, соответствующего текущему уровню развития общей теории безопасности, современных представлений о безопасности в технических, естественно-научных, общественных, гуманитарных областях знаний, современной концепции культуры безопасности жизнедеятельности;

понимание научно-практических основ учебного предмета ОБЖ, осознание его значения для безопасной и продуктивной жизнедеятельности человека, общества и государства;

способность применять научные знания для реализации принципов безопасного поведения (способность предвидеть, по возможности избегать, безопасно действовать в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях).

**МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Метапредметные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны отражать овладение универсальными учебными действиями.

**Овладение универсальными познавательными действиями**

***Базовые логические действия:***

самостоятельно определять актуальные проблемные вопросы безопасности личности, общества и государства, обосновывать их приоритет и всесторонне анализировать, разрабатывать алгоритмы их возможного решения в различных ситуациях;

устанавливать существенный признак или основания для обобщения,

сравнения и классификации событий и явлений в области безопасности жизнедеятельности, выявлять их закономерности и противоречия;

определять цели действий применительно к заданной (смоделированной) ситуации, выбирать способы их достижения с учётом самостоятельно выделенных критериев в парадигме безопасной жизнедеятельности, оценивать риски возможных последствий для реализации риск-ориентированного поведения;

моделировать объекты (события, явления) в области безопасности личности, общества и государства, анализировать их различные состояния для решения познавательных задач, переносить приобретённые знания в повседневную жизнь;

планировать и осуществлять учебные действия в условиях дефицита информации, необходимой для решения стоящей задачи;

развивать творческое мышление при решении ситуационных задач.

#### ***Базовые исследовательские действия:***

владеть научной терминологией, ключевыми понятиями и методами в области безопасности жизнедеятельности;

владеть видами деятельности по приобретению нового знания, его преобразованию и применению для решения различных учебных задач, в том числе при разработке и защите проектных работ;

анализировать содержание учебных вопросов и заданий и выдвигать новые идеи, самостоятельно выбирать оптимальный способ решения задач с учётом установленных (обоснованных) критериев;

раскрывать проблемные вопросы, отражающие несоответствие между реальным (заданным) и наиболее благоприятным состоянием объекта (явления) в повседневной жизни;

критически оценивать полученные в ходе решения учебных задач результаты, обосновывать предложения по их корректировке в новых условиях;

характеризовать приобретённые знания и навыки, оценивать возможность их реализации в реальных ситуациях;

использовать знания других предметных областей для решения учебных задач в области безопасности жизнедеятельности; переносить приобретённые знания и навыки в повседневную жизнь.

#### ***Работа с информацией:***

владеть навыками самостоятельного поиска, сбора, обобщения и анализа различных видов информации из источников разных типов при обеспечении условий информационной безопасности личности;

создавать информационные блоки в различных форматах с учётом характера решаемой учебной задачи; самостоятельно выбирать оптимальную форму их представления;

оценивать достоверность, легитимность информации, её соответствие правовым и морально-этическим нормам;

владеть навыками по предотвращению рисков, профилактике угроз и защите от опасностей цифровой среды;

использовать средства информационных и коммуникационных технологий в учебном процессе с соблюдением требований эргономики, техники безопасности и гигиены.

#### ***Овладение универсальными коммуникативными действиями***

##### ***Общение:***

осуществлять в ходе образовательной деятельности безопасную

коммуникацию, переносить принципы её организации в повседневную жизнь;  
распознавать вербальные и невербальные средства общения; понимать значение социальных знаков; определять признаки деструктивного общения;  
владеть приёмами безопасного межличностного и группового общения;  
безопасно действовать по избеганию конфликтных ситуаций;  
аргументированно, логично и ясно излагать свою точку зрения с использованием языковых средств.

***Совместная деятельность:***

понимать и использовать преимущества командной и индивидуальной работы в конкретной учебной ситуации;

ставить цели и организовывать совместную деятельность с учётом общих интересов, мнений и возможностей каждого участника команды (составлять план, распределять роли, принимать правила учебного взаимодействия, обсуждать процесс и результат совместной работы, договариваться о результатах);

оценивать свой вклад и вклад каждого участника команды в общий результат по совместно разработанным критериям;

осуществлять позитивное стратегическое поведение в различных ситуациях; предлагать новые идеи, оценивать их с позиции новизны и практической значимости; проявлять творчество и разумную инициативу.

***Овладение универсальными регулятивными действиями***

***Самоорганизация:***

ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;

самостоятельно выявлять проблемные вопросы, выбирать оптимальный способ и составлять план их решения в конкретных условиях;

делать осознанный выбор в новой ситуации, аргументировать его; брать ответственность за своё решение;

оценивать приобретённый опыт;

расширять познания в области безопасности жизнедеятельности на основе личных предпочтений и за счёт привлечения научно-практических знаний других предметных областей; повышать образовательный и культурный уровень.

***Самоконтроль:***

оценивать образовательные ситуации; предвидеть трудности, которые могут возникнуть при их разрешении; вносить коррективы в свою деятельность; контролировать соответствие результатов целям;

использовать приёмы рефлексии для анализа и оценки образовательной ситуации, выбора оптимального решения.

***Принятие себя и других:***

принимать себя, понимая свои недостатки и достоинства, невозможности контроля всего вокруг;

принимать мотивы и аргументы других при анализе и оценке образовательной ситуации; признавать право на ошибку свою и чужую.

**ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ**

Предметные результаты характеризуют сформированность у обучающихся активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного и группового безопасного поведения в интересах благополучия и устойчивого развития личности, общества и государства. Приобретаемый опыт проявляется в

понимании существующих проблем безопасности и способности построения модели индивидуального и семейного безопасного поведения в повседневной жизни.

Предметные результаты, формируемые в ходе изучения учебного предмета ОБЖ, должны обеспечивать:

сформированность представлений о ценности безопасного поведения для личности, общества, государства; знание правил безопасного поведения и способов их применения в собственном поведении;

сформированность представлений о возможных источниках опасности в различных ситуациях (в быту, транспорте, общественных местах, в природной среде, в социуме, в цифровой среде); владение основными способами предупреждения опасных и экстремальных ситуаций; знание порядка действий в экстремальных и чрезвычайных ситуациях;

сформированность представлений о важности соблюдения правил дорожного движения всеми участниками движения, правил безопасности на транспорте; знание правил безопасного поведения на транспорте, умение применять их на практике; знание о порядке действий в опасных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях на транспорте;

знания о способах безопасного поведения в природной среде, умение применять их на практике; знание порядка действий при чрезвычайных ситуациях природного характера; сформированность представлений об экологической безопасности, ценности бережного отношения к природе, разумного природопользования;

владение основами медицинских знаний: владение приёмами оказания первой помощи при неотложных состояниях; знание мер профилактики инфекционных и неинфекционных заболеваний, сохранения психического здоровья; сформированность представлений о здоровом образе жизни и его роли в сохранении психического и физического здоровья, негативного отношения к вредным привычкам; знания о необходимых действиях при чрезвычайных ситуациях биолого-социального характера;

знания основ безопасного, конструктивного общения; умение различать опасные явления в социальном взаимодействии, в том числе криминального характера; умение предупреждать опасные явления и противодействовать им; сформированность нетерпимости к проявлениям насилия в социальном взаимодействии;

знания о способах безопасного поведения в цифровой среде, умение применять их на практике; умение распознавать опасности в цифровой среде (в том числе криминального характера, опасности вовлечения в деструктивную деятельность) и противодействовать им;

знание основ пожарной безопасности, умение применять их на практике для предупреждения пожаров; знать порядок действий при угрозе пожара и пожаре в быту, общественных местах, на транспорте, в природной среде; знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности;

сформированность представлений об опасности и негативном влиянии на жизнь личности, общества, государства экстремизма, терроризма; знание роли государства в противодействии терроризму; умение различать приёмы вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность и противодействовать им; знание порядка действий при объявлении разного уровня террористической опасности; знание порядка действий при угрозе совершения террористического акта, при

совершении террористического акта, при проведении контртеррористической операции;

сформированность представлений о роли России в современном мире, угрозах военного характера, роли вооружённых сил в обеспечении мира; знание основ обороны государства и воинской службы, прав и обязанностей гражданина в области гражданской обороны; знание действия при сигналах гражданской обороны;

знание основ государственной политики в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций различного характера; знание задач и основных принципов организации Единой системы предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций, прав и обязанностей гражданина в этой области;

знание основ государственной системы, российского законодательства, направленных на защиту населения от внешних и внутренних угроз; сформированность представлений о роли государства, общества и личности в обеспечении безопасности. Достижение указанных предметных результатов обеспечивается их детальным раскрытием для каждого выделенного модуля (тематической линии) учебного предмета ОБЖ.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

Тематика	Содержание темы
<i>Опасные ситуации и единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.</i>	Чрезвычайная ситуация; Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС; ЧС природного происхождения: геофизические, геологические, метеорологические, гидрологические
<i>Наводнения и причины их возникновения.</i>	Наводнение, затопление, подтопление. Причины наводнений: половодье, паводок, затор, зажор, ветровой нагон, площадь затопления, продолжительность затопления Классификация наводнений по причинам возникновения Классификация наводнений по масштабу
<i>Классификация наводнений по масштабу. Поражающие факторы наводнений.</i>	Первичные и вторичные поражающие факторы наводнений. Последствия и экономический ущерб наносимый наводнениями
<i>Защита от наводнений. Действия населения при угрозе и во время наводнений.</i>	Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия
<i>Основные понятия урагана, бури, смерча и их классификация</i>	Основные понятия метеорологических явлений. Ветер, направление ветра, скорость и сила ветра. Циклон и антициклон. Шкала Бофорта. Ураганы, бури, смерчи и причины их образования
<i>Причины возникновения, поражающие факторы и последствия ураганов, бурь, смерчей.</i>	Первичные и вторичные поражающие факторы опасных метеорологических явлений. Последствия бурь, ураганов, смерчей и экономический ущерб



<b>Меры и действия населения по защите и снижению последствий от ураганов, бурь и смерчей.</b>	Предупредительные и оперативные защитные мероприятия. Мероприятия и правила поведения, позволяющие предотвратить ущерб от опасных метеорологических явлений
<b>Причины возникновения землетрясений и их классификация.</b>	Землетрясения, причины возникновения землетрясений. Районы повышенной сейсмической опасности на территории России. Сейсмографы. Основные характеристики землетрясений. Магнитуда. Очаг землетрясения. Гипоцентр и эпицентр. Шкала землетрясений.
<b>Основные характеристики и последствия землетрясений.</b>	Первичные и вторичные поражающие факторы землетрясений. Последствия и экономический ущерб наносимый землетрясениями
<b>Меры по снижению потерь и ущерба от землетрясения. Правила безопасного поведения во время землетрясения.</b>	Заблаговременные мероприятия по снижению потерь и ущерба от землетрясений: сеть сейсмического наблюдения, прогноз землетрясений, районирование сейсмоопасных районов, особенности строительства в сейсмоопасных районах.
<b>Цунами и причины их возникновения.</b>	Цунами и подводные землетрясения. Вулканические извержения.
<b>Поражающие факторы цунами и их последствия.</b>	Первичные и вторичные поражающие факторы цунами. Последствия цунами
<b>Мероприятия по защите от цунами. Действия населения при угрозе и во время цунами.</b>	Заблаговременные мероприятия: системы наблюдения, прогнозирования, специальные гидротехнические сооружения
<b>Обвалы, оползни, сели и причины их возникновения.</b>	Опасные геологические явления: Обвал; оползень; сели; грязевой сели; водокаменный сели; грязекаменный сели и их характеристики
<b>Поражающие факторы опасных геологических явлений и их последствия.</b>	Первичные и вторичные поражающие факторы опасных геологических явлений. Последствия опасных геологических явлений
<b>Мероприятия по защите от опасных геологических явлений. Действия населения при угрозе и во время возникновения обвалов, оползней и селей и во время их проявления.</b>	Профилактические мероприятия по предупреждению обвалов, оползней, селей и меры по снижению ущерба от них: лесопосадки, укрепление почвенного покрова, технические сооружения
<b>Лесные и торфяные пожары и причины их возникновения.</b>	Природные пожары. Лесные пожары и их характеристики; торфяной пожар; низовой пожар; низовой беглый пожар; верховой пожар
<b>Поражающие факторы лесных и торфяных пожаров; их последствия.</b>	Первичные и вторичные поражающие факторы лесных и торфяных пожаров. Последствия лесных и торфяных пожаров и экономический ущерб
<b>Мероприятия по защите от природных пожаров. Действия</b>	Профилактика пожаров: наблюдение за лесными угодьями, предупреждение пожаров, ограничение

<i>населения при угрозе и во время возникновения пожаров.</i>	их распространения, организационные мероприятия, разъяснительная работа. Методы борьбы с лесными пожарами
<i>Общие рекомендации обучающимся по поведению при опасных явлениях природы.</i>	Сигналы оповещения, дежурные службы помощи. Правила поведения в условиях снежной бури в различных природных зонах (в лесной, в горах, в степях). Правила пересечения замерзших водоемов. Правила поведения во время грозы
<i>Основы безопасного поведения в толпе. Паника.</i>	Толпа, паника. Правила поведения в толпе. Места массового скопления людей (стадионы, концертные залы, вокзалы и т.д.). Ограбление
<i>Терроризм и безопасность человека.</i>	Терроризм, диверсия, похищение, захват транспортных средств, захват зданий, уголовные преступления. Правила поведения при обнаружении подозрительного предмета, при угрозе взрыва, при захвате самолета террористами
<i>Дорога и ее элементы.</i>	Дорога, проезжая часть, обочина, разделительная полоса, одностороннее и двустороннее движение. Тротуар. Перекресток.
<i>Участники дорожного движения. Дорожно-транспортное происшествие.</i>	Транспорт: пассажирский, грузовой, специальные автомобили. Дорожно-транспортное происшествие. Пешеход и его обязанности. Пешеходный переход. Регулировщик. Пассажир
<i>Движение во дворах и жилых зонах.</i>	Дворовая территория, жилая зона
<i>Первоначальная обработка раны. Правила наложения повязок.</i>	Виды ран, первая помощь при ранениях. Правила наложения бинтовых повязок. Косыночная повязка
<i>Первая медицинская помощь при ранениях. Практическое занятие.</i>	Виды ран, первая помощь при ранениях. Правила наложения бинтовых повязок. Косыночная повязка
<i>Первая помощь при переломах.</i>	Кости человека. Травмы костей. Переломы костей. Наложение шины
<i>Первая медицинская помощь при переломах. Практическое занятие.</i>	Кости человека. Травмы костей. Переломы костей. Наложение шины. Виды шин.
<i>Первая медицинская помощь при переломах. Транспортировка пострадавшего. Практическое занятие.</i>	Виды носилок. Способы транспортировки пострадавшего.
<i>Тепловые и солнечные удары. Обморожение.</i>	Солнечный, тепловой удары и их причины. Обморок. Обморожение. Первая доврачебная помощь пострадавшему
<i>Человек и его здоровье.</i>	Питание, режим дня, физическая нагрузка, правила личной гигиены

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

---

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

edsoo.ru

Методические разработки по ОБЖ для 5 класса.

rosuchebnik.ru

infourok.ru

### **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

Infourok.ru

Учи.ру

Skysmart Класс

yaklass.ru

РЭШ

## **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

---

### **УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

Плакаты

Проектор

Компьютер

Экран

### **ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

Компьютер

Колонки

Проектор

Противогазы

Палатки

Перевязочный материал

Компасы

Карты

Линейки