


**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение средняя общеобразовательная школа №10  
с углубленным изучением отдельных предметов г. Ангарска**



**Согласовано:**  
Зам. директора по НМР  
Толмачева М.Г.

«30» августа 2023 г.

**Рассмотрено** на заседании МО  
Протокол № 1 от «30 августа» 2023 г.  
Руководитель МО  
Назаркин П.И.

фамилия, инициалы  подпись

**Рабочая программа по внеурочной деятельности  
по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»  
7 класс  
(общеобразовательный уровень, количество часов: 1 час в неделю, всего 34 часа)  
на 2023-2024 учебный год**

**Учитель первой квалификационной категории  
Томашевская С.Е.**

Рабочая программа учебного предмета «ОБЖ» разработана на основе требований к планируемым результатам освоения *основной* образовательной программы МБОУ «СОШ № 10 с углубленным изучением отдельных предметов» г. Ангарска, реализующей федеральный образовательный стандарт на уровне основного общего образования (для 5-9 классов)

Рабочая программа включает в себя

- 1) планируемые результаты освоения учебного предмета;
- 2) содержание учебного предмета;
- 3) тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

Место учебного предмета «ОБЖ» в учебном плане – обязательная часть.

Уровень подготовки учащихся – базовый

Состав учебно-методического комплекта под редакцией Воробьева Ю.Л.

### **Планируемые результаты обучения**

#### **Личностными результатами являются:**

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих -защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять -правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природном среды, личному -здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

#### **Метапредметными результатами являются:**

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

-освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного и социального характера;  
-формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

**Предметными результатами являются:**

*В познавательной сфере:*

-знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

*В ценностно-ориентационной сфере:*

-умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;  
-умения применять полученные теоретические знания на практике – принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;  
-умения анализировать явления и события природного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

*В коммуникативной сфере:*

-умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

*В эстетической сфере:*

-умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.

*В трудовой сфере:*

-знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;  
-умения оказывать первую медицинскую помощь.

*В сфере физической культуры:*

-формирование установки на здоровый образ жизни;  
-развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; -умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

## **Содержание курса**

**Модуль I Основы безопасности личности, общества и государства.**

**Раздел I Основы комплексной безопасности.**

Глава 1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера.

Различные природные явления. Общая характеристика природных явлений. Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера.

Глава 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения. Землетрясение. Причины возникновения и возможные последствия.

Правила безопасного поведения населения при землетрясении. Расположение вулканов на земле, извержения вулканов.

Глава 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения. Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия. Смерчи.

Глава 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения. Наводнения. Виды наводнений и их причины. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения. Сели и их характеристика. Цунами и их характеристика. Снежные лавины.

Глава 5. Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения. Лесные и торфяные пожары и их характеристика. Инфекционная заболеваемость людей и защита населения. Эпизоотии и эпифитотии.

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

Глава 1. Защита населения от чрезвычайных ситуации геологического происхождения.

Защита населения от последствий землетрясений. Последствия извержения вулканов. Защита населения. Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения.

Глава 2. Защита населения от чрезвычайных ситуации метеорологического происхождения. Защита населения от последствий ураганов и бурь.

Глава 3. Защита населения от чрезвычайных ситуации гидрологического происхождения.

Защита населения от последствий наводнений. Защита населения от последствий селевых потоков

Защита населения от цунами.

Глава 4. Защита населения от природных пожаров и защита населения. Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения.

**Модуль II Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

**Раздел IV** Основы здорового образа жизни.

Глава 1. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека. Психологическая уравновешенность. Стресс и его влияние на человека. Анатомно-физиологические особенности человека в подростковом возрасте. Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних.

**Раздел V** Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.

Глава 1. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях. Общие правила оказания первой медицинской помощи. Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении. Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах. Общие правила транспортировки пострадавшего.

### Тематическое планирование

№	Название темы	часы
<b>Раздел I Основы комплексной безопасности.</b>		

1	ЧС природного характера.	1
2	Стихийные бедствия.	1
3	Правовые основы защиты населения от СБ.	1
4	Самостоятельная работа - "Классификация СБ". Землетрясения	1
5	Причины и параметры землетрясений.	1
6	Последствия землетрясений.	1
7	Подготовка к землетрясению	1
8	«Семейный совет». Сейсмоустойчивость зданий. Поведение животных перед землетрясением.	1
9	Относительно безопасные места в жилище.	1
10	"Аварийный рюкзак" - назначение и состав.	1
11	Проверочная работа "Подготовка к землетрясению".	1
12	Действия при первом толчке в школе.	1
13	Правила эвакуации.	1
14	Действия после землетрясения.	1
15	Человек в завале.	1
16	Контрольная работа "Землетрясения"	1
17	Цунами - практическая работа.	1
18	Обвалы, оползни, селевые потоки - практическая работа.	1
19	СБ метеорологического характера	1
20	Шкала Бофорта.	1
21	Подготовка к урагану. Заблаговременные мероприятия	1
22	Штормовое предупреждение.	1
23	Действия во время и после урагана.	1
24	Контрольная работа "Ураганы".	1
25	СБ гидрологического характера	1
26	Наводнения - практическая работа.	1
27	Наводнения - защита Проекта.	1
28	Природные пожары.	1
29	Действия в зоне лесного пожара.	1
30	Профилактика лесных пожаров.	1
31	Контрольная работа "Пожары"	1

<b>Раздел V Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.</b>		
32	Основы медицинских знаний. Понятие о ране.	1
33	Правила оказания первой помощи при ранениях.	1
34	Обобщающий урок: «ЧС природного характера».	1
	Итого	34