



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ АМУРСКОЙ ОБЛАСТИ

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
АМУРСКОЙ ОБЛАСТИ КАДЕТСКАЯ ШКОЛА-ИНТЕРНАТ  
«АМУРСКИЙ КАДЕТСКИЙ КОРПУС ИМЕНИ ГЕРОЯ СОВЕТСКОГО СОЮЗА  
ГЕНЕРАЛ-МАЙОРА Ю.В.КУЗНЕЦОВА»

(ГБОУ АО «Амурский кадетский корпус имени Героя Советского Союза генерал-майора Ю.В. Кузнецова»)

РАССМОТРЕНО  
на заседании МО учителей  
гуманитарного цикла  
Руководитель МО  
*А.М.* Е.М. Якунина  
Протокол № 6  
от «04» июня 2021 г.

СОГЛАСОВАНО  
заместитель директора по  
УМР *С.* Е.А. Мешкова  
«04» июня 2021 г.

УТВЕРЖДЕНО  
приказом директора  
ГБОУ АО «Амурский  
кадетский корпус имени  
Героя Советского Союза  
генерал-майора  
Ю.В.Кузнецова»  
№ 232 от 17.08.2021 г.  
Протокол пед.совета  
№ 9 от «04» июня 2021 г.

#### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Классы: 7

Уровень образования: основное общее образование

Срок реализации программы - 2021/22 гг.

Количество часов по учебному плану: всего – 34 ч/год; 1ч/неделю

Планирование составлено на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010г. №1897;
- Авторской программы «Основы безопасности жизнедеятельности 7–9 классы», авторы Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко с учетом примерной программы основного общего образования по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»;
- Основной образовательной программы основного общего образования ГБОУ АО «Амурский кадетский корпус имени Героя Советского Союза генерал-майора Ю.В.Кузнецова».

#### Учебник:

Учебник 7 – 9 классы: учебник / Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко и др. – 3-е изд., перераб. – М.: Вентана – Граф, 2019. – 272 с.: ил. – (Российский учебник).

Рабочую программу составил Фёдоров Владимир Анатольевич, учитель основ безопасности жизнедеятельности.

При изучении предмета, курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной школе обеспечивается достижение личностных, метапредметных и предметных результатов.

**Личностные результаты:**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного 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 личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного 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 антиэкстремистского 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 осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской 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 для 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 приемов действий 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 защиты 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 защиты 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.

<b>Выпускник научится:</b>	<b>Выпускник получит возможность научиться:</b>
<b>Основы комплексной безопасности</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• классифицировать и описывать потенциально опасные бытовые ситуации и объекты экономики, расположенные в районе проживания; чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, наиболее вероятные для региона проживания;</li> <li>• анализировать и характеризовать причины возникновения различных опасных ситуаций в повседневной жизни и их последствия, в том числе возможные причины и последствия пожаров, дорожно-транспортных происшествий (ДТП), загрязнения окружающей природной среды, чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;</li> <li>• выявлять и характеризовать роль и влияние человеческого фактора в возникновении опасных ситуаций, обосновывать необходимость повышения уровня культуры безопасности жизнедеятельности населения страны в современных условиях;</li> <li>• формировать модель личного безопасного поведения по соблюдению правил пожарной безопасности в повседневной жизни; по поведению на дорогах в качестве пешехода, пассажира и водителя велосипеда, по минимизации отрицательного влияния на здоровье неблагоприятной окружающей среды;</li> <li>• разрабатывать личный план по охране окружающей природной среды в местах проживания; план самостоятельной подготовки к активному отдыху на природе и обеспечению безопасности отдыха; план безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций с учётом особенностей обстановки в регионе;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• систематизировать основные положения нормативно-правовых актов Российской Федерации в области безопасности и обосновывать их значение для обеспечения национальной безопасности России в современном мире; раскрывать на примерах влияние последствий чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера на национальную безопасность Российской Федерации;</li> <li>• прогнозировать возможность возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций по их характерным признакам;</li> <li>• характеризовать роль образования в системе формирования современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности у населения страны;</li> <li>• проектировать план по повышению индивидуального уровня культуры безопасности жизнедеятельности для защищённости личных жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз.</li> </ul>

Выпускник научится:	Выпускник получит возможность научиться:
<ul style="list-style-type: none"> <li>руководствоваться рекомендациями специалистов в области безопасности по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</li> </ul>	
<b>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>характеризовать в общих чертах организационные основы по защите населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; объяснять необходимость подготовки граждан к защите Отечества; устанавливать взаимосвязь между нравственной и патриотической проекцией личности и необходимостью обороны государства от внешних врагов;</li> <li>характеризовать РСЧС: классифицировать основные задачи, которые решает РСЧС по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; обосновывать предназначение функциональных и территориальных подсистем РСЧС; характеризовать силы и средства, которыми располагает РСЧС для защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;</li> <li>характеризовать гражданскую оборону как составную часть системы обеспечения национальной безопасности России: классифицировать основные задачи, возложенные на гражданскую оборону по защите населения РФ от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; различать факторы, которые определяют развитие гражданской обороны в современных условиях; характеризовать и обосновывать основные обязанности граждан РФ в области гражданской обороны;</li> <li>характеризовать МЧС России: классифицировать основные задачи,</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><i>формировать основные задачи, стоящие перед образовательным учреждением, по защите обучающихся и персонала от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;</i></li> <li><i>подбирать материал и готовить занятие на тему «Основные задачи гражданской обороны по защите населения от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени»;</i></li> <li><i>обсуждать тему «Ключевая роль МЧС России в формировании культуры безопасности жизнедеятельности у населения Российской Федерации»;</i></li> <li><i>различать инженерно-технические сооружения, которые используются в районе проживания, для защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера, классифицировать их по назначению и защитным свойствам.</i></li> </ul>

<b>Выпускник научится:</b>	<b>Выпускник получит возможность научиться:</b>
<p>которые решает МЧС России по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; давать характеристику силам МЧС России, которые обеспечивают немедленное реагирование при возникновении чрезвычайных ситуаций;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• характеризовать основные мероприятия, которые проводятся в РФ, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;</li> <li>• анализировать систему мониторинга и прогнозирования чрезвычайных ситуаций и основные мероприятия, которые она в себя включает;</li> <li>• описывать основные задачи системы инженерных сооружений, которая существует в районе проживания, для защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;</li> <li>• описывать существующую систему оповещения населения при угрозе возникновения чрезвычайной ситуации;</li> <li>• анализировать мероприятия, принимаемые МЧС России, по использованию современных технических средств, для информации населения о чрезвычайных ситуациях;</li> <li>• характеризовать эвакуацию населения как один из основных способов защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; различать виды эвакуации; составлять перечень необходимых личных предметов на случай эвакуации;</li> <li>• характеризовать аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения как совокупность первоочередных работ в зоне чрезвычайной ситуации;</li> <li>• анализировать основные мероприятия, которые проводятся при аварийно-спасательных работах в очагах поражения;</li> <li>• описывать основные мероприятия, которые проводятся при выполнении</li> </ul>	

<b>Выпускник научится:</b>	<b>Выпускник получит возможность научиться:</b>
<p>неотложных работ;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• моделировать свои действия по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях в районе проживания, при нахождении в школе, на улице, в общественном месте (в театре, библиотеке и др.), дома.</li> </ul>	
<b>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• негативно относиться к любым видам террористической и экстремистской деятельности;</li> <li>• характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьёзную угрозу личности, обществу и национальной безопасности России;</li> <li>• анализировать основные положения нормативно-правовых актов РФ по противодействию терроризму и экстремизму и обосновывать необходимость комплекса мер, принимаемых в РФ по противодействию терроризму;</li> <li>• воспитывать у себя личные убеждения и качества, которые способствуют формированию антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления;</li> <li>• обосновывать значение культуры безопасности жизнедеятельности в противодействии идеологии терроризма и экстремизма;</li> <li>• характеризовать основные меры уголовной ответственности за участие в террористической и экстремистской деятельности;</li> <li>• моделировать последовательность своих действий при угрозе террористического акта.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>формировать индивидуальные основы правовой психологии для противостояния идеологии насилия;</i></li> <li>• <i>формировать личные убеждения, способствующие профилактике вовлечения в террористическую деятельность;</i></li> <li>• <i>формировать индивидуальные качества, способствующие противодействию экстремизму и терроризму;</i></li> <li>• <i>использовать знания о здоровом образе жизни, социальных нормах и законодательстве для выработки осознанного негативного отношения к любым видам нарушений общественного порядка, употреблению алкоголя и наркотиков, а также к любым видам экстремистской и террористической деятельности.</i></li> </ul>
<b>Основы здорового образа жизни</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• характеризовать здоровый образ жизни и его основные составляющие как индивидуальную систему поведения человека в повседневной жизни, обеспечивающую совершенствование его духовных и физических качеств;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>использовать здоровые сберегающие технологии (совокупность методов и процессов) для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, в том числе его духовной, физической и социальной составляющих.</i></li> </ul>

<b>Выпускник научится:</b>	<b>Выпускник получит возможность научиться:</b>
<p>использовать знания о здоровье и здоровом образе жизни как средство физического совершенствования;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• анализировать состояние личного здоровья и принимать меры по его сохранению, соблюдать нормы и правила здорового образа жизни для сохранения и укрепления личного здоровья;</li> <li>• классифицировать знания об основных факторах, разрушающих здоровье; характеризовать факторы, потенциально опасные для здоровья (вредные привычки, ранние половые связи и др.), и их возможные последствия;</li> <li>• систематизировать знания о репродуктивном здоровье как единой составляющей здоровья личности и общества; формировать личные качества, которыми должны обладать молодые люди, решившие вступить в брак;</li> <li>• анализировать основные демографические процессы в Российской Федерации; описывать и комментировать основы семейного законодательства в Российской Федерации; объяснить роль семьи в жизни личности и общества, значение семьи для обеспечения демографической безопасности государства.</li> </ul>	
<b>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• характеризовать различные повреждения и травмы, наиболее часто встречающиеся в быту, и их возможные последствия для здоровья;</li> <li>• анализировать возможные последствия неотложных состояний в случаях, если не будет своевременно оказана первая помощь;</li> <li>• характеризовать предназначение первой помощи пострадавшим; классифицировать средства, используемые при оказании первой помощи; соблюдать</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>готовить и проводить занятия по обучению правилам оказания само- и взаимопомощи при наиболее часто встречающихся в быту повреждениях и травмах.</i></li> </ul>



<b>Выпускник научится:</b>	<b>Выпускник получит возможность научиться:</b>
<p>последовательность действий при оказании первой помощи при различных повреждениях, травмах, наиболее часто случающихся в быту; определять последовательность оказания первой помощи и различать её средства в конкретных ситуациях;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• анализировать причины массовых поражений в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера и систему мер по защите населения в условиях чрезвычайных ситуаций и минимизации массовых поражений; выполнять в паре/втроём приёмы оказания само- и взаимопомощи в зоне массовых поражений.</li> </ul>	

## **СОДЕРЖАНИЕ КУРСА**

### **7 КЛАСС (34 часа)**

#### **Введение. Основы безопасности жизнедеятельности -2 часа**

Цели предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». Проблема здорового образа жизни. Как её решали в древности. *Расширение кругозора. Физическое воспитание в Спарте.* Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ.

#### **Здоровый образ жизни. Что это? – 15 часов**

**Зависит ли здоровье от образа жизни? Физическое здоровье человека – 4 часа**

Что такое 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. Благоприятное 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 – 2 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 – 3 часа

Репродуктивное здоровье - способность человека к воспроизведению. Половое созревание - особенность подросткового и юношеского возраста. Риски старшего подросткового возраста.

Итоговое тестирование по теме здоровья.

**Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни – 15 часов**

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 пожара. Организация эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения. Безопасность на Новый Год. Экскурсия в пожарную часть. Правила пользования газовыми приборами. Первая помощь при отравлении бытовым газом и угарным газом. Правила безопасности при пользовании бытовой химией. 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.

Итоговое тестирование по теме ЧС в быту.

Разумная предосторожность. Опасные игры – 6 часов

Досуг в городе. Как выбрать место для отдыха? Места, где играть запрещено. Как вести себя на улице. Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении. Подручные средства самообороны. Вам звонят в дверь. Расширение кругозора. Уголовный кодекс РФ о проникновении в чужое жилище. Опасности, которые скрывает карьер. Неразорвавшиеся боеприпасы. Экстрим в игре и спорте. Медицинская страничка.

Оказание ПМП (практика).

Итоги изучения курса ОБЖ – 2 часа

Итоговое тестирование за 7 класс. Итоговое повторение и обобщение.

**Формы и виды контроля:** тестирование, в том числе решение ситуационных задач

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

к рабочей программе учебного курса ОБЖ для 7 классов (1 час в неделю)

№ п/п	Тема занятий/программное содержание	Часы
	Введение. Цели предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» - 2 часа	
1.	1. Введение. Цели предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». Проблема здорового образа жизни. Как её решали в древности. <i>Расширение кругозора. Физическое воспитание в Спарте.</i> 2. Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ.	2
	<b>ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ. ЧТО ЭТО? – 15 часов</b>	
	Зависит ли здоровье от образа жизни? Физическое здоровье человека - 4 часа	
2.	1. Что такое образ жизни. 2. Слагаемые здоровья. 3. Что такое физическое здоровье. Значение физической культуры для здоровья человека. Хорошее физическое состояние обеспечивает здоровье и эмоциональное благополучие человека. 4. Закаливание как способ тренировки организма. Правила личной гигиены. <i>Расширение кругозора. Русская баня и здоровье; польза закаливания</i>	4
	Правильное питание - 4 часа	
3.	1. Правила рационального питания, соблюдение которых позволяет поддерживать здоровье. Белки - строительный материал для организма; углеводы и жиры - источник энергии для организма. 2. Продукты питания как экологический фактор. 3. Питание и болезни. 4. Диета. <i>Расширение кругозора. Чемпион среди круп по содержанию белков. Воздействие зелёного чая</i>	4
	Психическое здоровье человека - 2 часа	
4.	1. 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». 2. Воздействие шумов на организм человека. Компьютер и здоровье. Информационная безопасность	2
	Социальное здоровье человека - 2 часа	
5.	1. 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. 2. Круг интересов человека. Фанаты и поклонники.	2
	Репродуктивное здоровье подростков и его охрана - 3 часа	
6.	1. Репродуктивное здоровье - способность человека к воспроизведению. 2. Половое созревание - особенность подросткового и юношеского возраста. Риски старшего подросткового возраста. 3. <b>Итоговое тестирование по теме здоровья.</b>	3

№ п/п	Тема занятий/программное содержание	Часы
	<b>ОПАСНОСТИ, ПОДСТЕРЕГАЮЩИЕ НАС В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ – 16 часов</b>	
	Как вести себя при пожаре. Чрезвычайные ситуации в быту - 9 часов	
7.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Пожар - чрезвычайная ситуация. Причины пожаров. Поражающие факторы пожара.</li> <li>2. Правила пожарной безопасности. Безопасность во время пожара. Организация эвакуации из горящего здания.</li> <li>3. Средства пожаротушения. Безопасность на Новый Год.</li> <li>4. <u>Экскурсия в пожарную часть</u></li> <li>5. Правила пользования газовыми приборами. Первая помощь при отравлении бытовым газом и угарным газом.</li> <li>6. Правила безопасности при пользовании бытовой химией.</li> <li>7. Залив жилища. Причины заливов помещений. Правила поведения при заливах.</li> <li>8. Электричество при неправильном использовании может быть опасным. Правила пользования электроприборами. Оценка обстановки при электротравмах, первая помощь.</li> <li>9. <b>Итоговое тестирование по теме ЧС в быту.</b></li> </ol>	9
	Разумная предосторожность. Опасные игры - 6 часов	
8.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Досуг в городе. Как выбрать место для отдыха? Места, где играть запрещено.</li> <li>2. Как вести себя на улице.</li> <li>3. Меры предосторожности в лифте и на лестнице.</li> <li>4. Правила поведения при нападении. Подручные средства самообороны. Вам звонят в дверь. <u>Расширение кругозора. Уголовный кодекс РФ о проникновении в чужое жилище</u></li> <li>5. Опасности, которые скрывает карьер. Неразорвавшиеся боеприпасы.</li> <li>6. Экстрим в игре и спорте. <u>Медицинская страничка. Оказание ПМП.</u></li> </ol>	7
	Итоги изучения курса ОБЖ – 2 часа	
9.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Итоговое тестирование за 7 класс.</li> <li>2. Итоговое повторение и обобщение.</li> </ol>	2
<b>ИТОГО</b>		<b>34 часа</b>

### Примечание

Программа составлена на основе образовательной программы основного общего образования ГОАУ АО «Амурский кадетский корпус» и разработана в соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.

Тематическое планирование программы соответствует структуре учебника «Основы безопасности жизнедеятельности»: 7 – 9 классы: учебник / Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко и др. – 3-е изд., перераб. – М.: Вентана – Граф, 2019. – 272 с.: ил. – (Российский учебник)

Рассчитана на 34 часа, при 1 часе в неделю.

Планирование составлено в соответствии с учебным планом, учебным календарным графиком на 2021/22 учебный год, при 1 часе в неделю: **34 часа (7А класс), 34 часа (7Б класс)**

В случае неблагоприятной эпидемиологической ситуации на территории местоположения ОО реализация рабочей программы возможна в дистанционной форме с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения.

***Список применяемых интернет ресурсов:***

1. Российская электронная школа - <https://resh.edu.ru/>
2. Zoom
3. Библиотека МЭШ - <https://uchebnik.mos.ru/catalogue>
4. Медиатека издательства Просвещение - <https://media.prosv.ru/>
5. Видеоурок - <https://videouroki.net/>
6. Яндекс.Учебник - <https://education.yandex.ru/main/>
7. «ЯКласс» — дистанционный тренинг для школьников - <https://www.yaklass.ru/>
8. Мобильное электронное образование - <https://edu.mob-edu.ru/ui/#/login>