

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №36 им.Юдина Г.Л. г.Брянска»**

РАССМОТРЕНО

на заседании МО

учителей _____

Протокол №1

от « ___ » _____ 2018г.

Руководитель МО

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы №36

_____ А.А.Андреева

« ___ » _____ 2018г.

**Рабочая программа
учителя обж**

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

« ___ » _____ 2018г.

2018-2019 уч.г.

Пояснительная записка

Актуальность изучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности» (ОБЖ) в школе обусловлена необходимостью выполнения социального заказа. В последние десятилетия наблюдается тенденция к увеличению случаев возникновения чрезвычайных ситуаций природного, техногенного, социального и бытового характера, опасных для человека.

- К природным ситуациям относятся стихийные бедствия (ураганы, штормы, сели, землетрясения, извержения вулканов и т.д.);

- к техногенным – аварии и опасные техногенные происшествия;

- к социальным – экстраординарные ситуации, которые связаны с террористической угрозой и асоциальным поведением людей;

- к бытовым – ситуации, вызванные нарушением правил техники безопасности в быту (пожары, утечка газа, воды, замыкания в электросети);

- к дорожным – ситуации, связанные с поведением на дороге, в транспорте.

В условиях чрезвычайных ситуаций может возникнуть угроза для жизни человека. Анализ этих ситуаций показывает, что среди причин гибели людей, в частности, детей школьного возраста, основными являются, во-первых, отсутствие знаний о правилах поведения в экстремальных ситуациях; во-вторых, слабо развитая мотивация действий и как результат – недостаточно сформированные прогностические восприятие и мышление, отсутствие опыта решения задач по преодолению нестандартных ситуаций.

Исходя из этого, основной идеей конструирования данной предметной линии стало формирование психологической готовности школьника к принятию и умению предвидеть опасность. Поэтому в средствах обучения, реализующих программу, много материалов, которые направлены на анализ воображаемых ситуаций, предвидение и оценку возможных действий, которые в этих ситуациях необходимо совершить.

Место курса в базисном плане

Обычно данный предмет изучается в 7-9 классах по одному часу в неделю: 35 часов в 7 классе, 35 часов в 8 классе и 35 часов в 9 классе. С учетом особенностей региона (природные условия, географическое положение, плотность населения, наличие промышленных объектов, представляющих потенциальную опасность и др.) школа может увеличить количество часов по собственному усмотрению, что позволит более обстоятельно ознакомить школьников с проблемами безопасности жизнедеятельности, которые для данного региона являются особенно актуальными.

Требования к результатам обучения основам безопасности жизнедеятельности

Личностными результатами обучения в 7 классах являются:

- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая и взрослые социальные сообщества;
- развитие способности к саморазвитию и личностному самоопределению;
- формирование системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно – смысловых жизненных установок, социальных компетенций.

Мета предметные результаты обучения представлены универсальными учебными действиями:

- анализом ситуаций, влияющих положительно и отрицательно на самочувствие и здоровье человека;
- сравнением примеров опасного и безопасного поведения;
- планированием и организацией своей жизни и деятельности с учетом безопасности;
- обобщением изученного материала, формулированием выводов о возможных причинах возникновения опасных ситуаций.

Предметные результаты обучения нацелены на решение, прежде всего, образовательных задач:

- формирование научного типа мышления и интеллектуальной деятельности на основе знаний;
- освоение основных понятий и научной терминологии;
- использование методов познания и исследования, принятых в данной науке.

Общая характеристика курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

Предлагаемый предметный курс соответствует предметной области, введенной в стандарты второго поколения. Целью его изучения является расширение знаний и формирование умений подростков по организации здорового образа жизни, выбору правильного поведения в различных чрезвычайных ситуациях.

Основными задачами изучения данной предметной области являются следующие:

- осознание необходимости изучения правил поведения в нестандартных и чрезвычайных ситуациях и умения ориентироваться в них;
- воспитание способности к восприятию и оценке опасных жизненных ситуаций и приобретение опыта их преодоления;
- формирование представлений о причинах возникновения опасных ситуаций, правил безопасного поведения в них;
- воспитание самоконтроля и самооценки поведения в опасных ситуациях, развитие умения предвидеть последствия своего поведения.

При отборе содержания курса ОБЖ авторы исходили из следующих дидактических принципов:

1. Учет требования стандарта основного общего образования по данной предметной области.
2. Актуальность для подростков обсуждаемых проблем. Например, правила поведения в домашней обстановке, на прогулках изучались в 5-6 классах, а чрезвычайные ситуации, связанные с деятельностью экстремистских организаций, террористических групп и подобными социальными явлениями, обсуждаются со старшими подростками.
3. Принцип интеграции. Весь учебный материал подчинен принципу интеграции субъективных и объективных факторов, обеспечивающих безопасность в любой чрезвычайной ситуации.
4. Принцип психологической обусловленности позволяет ученику быть не столько объектом, сколько субъектом образовательной деятельности. В средствах обучения данной программы много материалов, формирующих контрольно-оценочные действия учащихся. Особое внимание уделено оценке здоровья человека, роли психологического фактора в его сохранении, а также в регулировании отношений со сверстниками.
5. Практическая направленность курса. Этот принцип обеспечивает формирование конкретных умений в процессе практических занятий, как на уроках, так и во вне учебной деятельности.
6. Деятельностный подход. Реализация этого принципа обеспечивает активность и самостоятельность учебной деятельности школьника. Весь методический аппарат позволяет обсуждать предмет на проблемном уровне (рубрики «Работа в группе», «Участвуем в проекте»).
7. Культурологический принцип дает возможность расширить круг представлений школьников о проблемах здоровья, его укрепления и охраны.

Содержание курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» для 7 класса содержит следующие разделы.

1. Введение. Основы безопасности жизнедеятельности. Это нужно знать.

Проблема здорового образа жизни. Как ее решали в древности. Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ.

Расширение кругозора. Физическое воспитание в Спарте.

2. Здоровый образ жизни. Что это?

Зависит ли здоровье от образа жизни? Образ жизни. Слагаемые здоровья.

Физическое здоровье человека. Значение физической культуры для здоровья человека. Что такое физическое здоровье. Физическая культура и служба в армии. Закаливание – способ тренировки организма. Виды закаливания. Правила гигиены.

Расширение кругозора. Русская баня и здоровье. Примеры закаливания.

Правильное питание. Характеристика белков, жиров и углеводов. Режим питания. Правила питания. Продукты питания как экологический фактор. Питание и болезни. Диета.

Расширение кругозора. Чемпион среди круп по содержанию белков. Благотворное воздействие зеленого чая.

Психическое здоровье человека.

Показатели психического здоровья и нездоровья. Влияние воли на эмоциональное состояние человека. Правильная организация жизнедеятельности. Воздействие шумов на организм человека. Компьютер и здоровье. Информационная безопасность.

Социальное здоровье человека. Что такое социальное здоровье человека. Общение. Правила коммуникации. Учение – социально важная деятельность. Круг интересов человека. Фанаты и поклонники.

Расширение кругозора. Дети – Маугли.

Репродуктивное здоровье подростков и его охрана. Определение репродуктивного здоровья. Половое созревание. Особенности развития мальчиков и девочек (юношей и девушек). Риски старшего подросткового возраста.

3. Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни.

Как вести себя при пожаре. Причины и последствия пожаров. Поражающие факторы пожара. Правила пожарной безопасности. Безопасность во время праздничных фейерверков. Можно ли тушить пожар самостоятельно? Правила эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения. Помощь при ожогах.

Чрезвычайные ситуации в быту. Залив жилища. Опасное электричество. Первая помощь при электротравмах. Утечка газа. Отравление угарным газом.

№	Тема урока	Количество часов	Элементы обязательно-го минимума	Методы и приемы	Практические работы	До-машнее задание	Дата проведе-ния	
							Пл ан	Фа кт
Введение 2 часа								
1	Основы ОБЖ. Это нужно знать	1	Проблема здорового образа жизни людей. Как ее решали в древности.	Учебная экс-курсия: обсуж-дение высказы-вания Г. Спен-сера (учебник)				
2	Окружающая среда и безо-пасность	1	Знание про-блем окру-жающего ми-ра и средств их преодоле-ния. Окружающая среда и безо-пасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ	Диалог на тему «Зачем нужны знания ОБЖ» Просмотр и об-суждение ви-део- и интернет-материалов по проблеме чрез-вычайных си-туаций Работа с учеб-ником Анализ текста рубрики «Для любознатель-ных» (учебник). Чтение и обсу-ждение текста. Диалог на тему «Что такое при-родные и техно-генные катаст-рофы» Работа со схе-мой «Безопас-ность жизнедея-тельности»				
Здоровый образ жизни 4 часа								
1	Ваш образ жизни	1	Хорошее фи-зическое со-стояние – од-но из условий	Чтение и обсу-ждение текстов учебника. Учебный диалог				

			эмоционального благополучия человека. Плохое настроение, потеря интереса к чему либо, апатия – условия неблагоприятного эмоционального состояния. отношение человека к окружающим людям и деятельности – важное условие здоровья и эмоционального благополучия	на темы «Ваш образ жизни – каков он?», «Что такое здоровье человека?»				
2	Что такое здоровье	1		Чтение диаграммы «Здоровье человека» Учебная дискуссия: «Как отношения в социуме влияют на физическое здоровье человека»				
3	Физическое здоровье человека Значение физической культуры для здоровья	1	Значение физической культуры для здоровья человека. Закаливание как способ тренировки организма	Учебный диалог «Обсуждение различных жизненных ситуаций, влияющих на настроение, эмоциональное состояние и здоровье человека» Просмотр и обсуждение эпизодов фильма «Неоконченная повесть»; установление зависимости между социальным и физическим здоровьем человека, между безразличием и ухудшением состояния, как физического, так и душевного.				
4	Закаливание и личная гигиена	1		Индивидуальные рассказы «Круг моих интересов»	Практическая работа «Программа закаливания»			

				<p>Работа в группах: анализ пословиц и поговорок</p> <p>Учебная дискуссия: что такое физическое здоровье человека, как его поддержать и сохранить. Работа со схемой «Физическое здоровье человека»</p>					
Правильное питание 3 часа									
1	Жиры, белки, углеводы	1	<p>Белки – строительный материал для организма; углеводы и жиры – источник энергии для организма</p> <p>Правила рационального питания, соблюдение которых позволяет поддерживать здоровье</p>	<p>Учебный диалог на тему «Зависит ли здоровье от питания?»</p> <p>Работа с иллюстративным материалом: дифференциация животных и растительных белков; сложных и простых углеводов</p>	<p>Практическая работа «Составление рациона питания с учетом соотношения белков, жиров и углеводов»</p>				
2	<p>Питаемся правильно</p> <p>Экология питания</p>	1			<p>Дискуссия: анализ иллюстративного материала</p>	<p>Выяснение, нет ли у учащихся проблемы лишнего веса</p>			
3	<p>Питаемся правильно</p> <p>Изучаем этикетку</p>	1			<p>Чтение и анализ текста учебника</p>	<p>Анализ информации, расположенной на этикетке пищевого продукта</p>			
Психическое здоровье человека 2 часа									
1	Показатель психического здоровья и нездоровья	1	<p>Психическое здоровье – эмоциональное благополучие человека. Способность управлять</p>	<p>Чтение и анализ текста учебника</p> <p>Учебный диалог на тему «Почему древние называли «победителями себя»</p>	<p>Определить, насколько развиты ваши волевые качества</p>				
2	Влияние го-	1							

	родской экологии на здоровье		эмоциями, спокойно решать возникающие проблемы. Использование релаксационных упражнений как средства регулирования своего эмоционального состояния, развитие способности «властвовать собой»	<p>величайшим победителем в битве?»</p> <p>Дифференцированная работа: оценка сюжетов, представленных в текстах и иллюстративном материале учебника</p> <p>Учебная дискуссия: не ошибается тот, кто ничего не делает</p> <p>Задание на анализ и дифференциацию: истинные и ложные суждения</p> <p>Работа в группах: снятие стресса</p> <p>Учебный диалог «Фанаты и поклонники»</p>				
Социальное здоровье человека 2 часа								
1	Что определяет социальное здоровье	1	Человек – социальное существо, член общества. Социальная среда – обязательное условие развития человека. Отношения с окружающими людьми – показатель социального здоровья человека. Общение – ценная деятельность челове-	<p>Чтение и обсуждение текста учебника.</p> <p>Учебный диалог на тему «Дети – Маугли»</p> <p>Дискуссия: можем ли мы общаться?</p> <p>Задание тестового характера «Проверь себя»</p> <p>Дискуссия: черты коллективной деятельности и коллекти-</p>				
2	Круг твоих интересов	1						

			ка. Учение – социально важная деятельность, обеспечивающая прогресс общества.	ва Работа в группах: анализ иллюстративного материала				
Репродуктивное здоровье подростков и его охрана 2 часа								
1	Что такое репродуктивное здоровье	1	Репродуктивное здоровье – способность человека к воспроизведению	Просмотр видео- и/или фотоматериалов Чтение и анализ текста учебника				
2	Особенности развития девочек и мальчиков	1	Половое созревание – особенность подросткового и юношеского возраста Подготовка организма к деторождению Подготовка организма к деторождению Чистота тела – одно из условий репродуктивного здоровья	Составление плана ответа на вопрос «Особенности развития девочек и мальчиков»				
Опасности в повседневной жизни. Как вести себя на пожаре 4 часа								
1	Причины пожара	1	Пожар – чрезвычайная ситуация Причины пожара Поражающие факторы пожара Правила пользования пиротехникой	Чтение и анализ текста учебника: причины возникновения пожаров Дискуссия: поражающие факторы пожара Деловая игра: правила эвакуации из горящего здания	Практическое занятие «Знакомство с устройством пожарного крана; знакомство с устройством и порядком использования углекислотного и воздушно-пенного ог-			

			Организация эвакуации из горящего здания		нетушителей»			
2	Пожарная безопасность	1						
3	Если случится пожар, как себя вести	1	Средства пожаротушения					
4	Средства пожаротушения	1	Помощь при ожогах					
Чрезвычайные ситуации в быту 6 часов								
1	Отравление бытовым и угарным газом	1	Причины залива помещений Правила поведения при заливах	Чтение и анализ текста учебника Учебный диалог: «Почему при заливе лестничной клетки нельзя пользоваться лифтом?»	Практическое занятие «Учим других правилам пользования газовыми приборами»			
2	Бытовая химия Безопасность использования	1	Правила пользования электроприборами Оценка обстановки при электротравмах, первая помощь	Чтение и анализ текста учебника	Практическая работа «Анализ воображаемых ситуаций»			
3	Отравление ядохимикатами	1		Практическое занятие: Правила пользования электроприборами				
4	Залив жилища	1						
5	Опасное электричество	1	Правила пользования газовыми приборами					
6	Урок обобщающего повторения по теме: «Опасности в повседневной жизни»	1	Первая помощь при отравлении ядохимикатами	Учебная дискуссия: действия при появлении запаха газа Анализ текста и информации, представленной в рубрике «Медицинская страничка»				
Разумная предосторожность 4 часа								
1	Как выбрать место для отдыха	1	Особенности общения с чужими людьми в местах, где нет скопле-	Учебный диалог «Правила поведения при встрече с мошенниками, хулиганами»	Практическое занятие «Встреча с незнакомцем»			
2	Как вести себя	1						

	на улице		ния народа.	Чтение и анализ текста учебника				
3	Меры предосторожности в лифте и на лестнице	1	Приметы человека, который не может за себя постоять					
4	Правила самообороны и подручные предметы для самообороны	1	Правила поведения при нападении Подручные предметы, которые можно использовать для самообороны					
Опасные игры 2 часа								
1	Опасности, которые скрывает карьер	1	Опасности, скрытые в карьере	Рассказ учителя и учебный диалог «Стоит ли рисковать»				
2	Экстремальные игры и спорт	1	Неразорвавшиеся боеприпасы Экстремальные виды спорта и игры					
Обобщающие уроки								
1	Урок обобщающего повторения по теме: «Разумная предосторожность»	1						
2	Обобщающий урок повторения за курс ОБЖ 7 класса	1						
3	Итоговый урок	1						