Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 10 с углублённым изучением химии
Василеостровского района Санкт-Петербурга

РАССМОТРЕНО	ПРИНЯТО	УТВЕРЖДЕНО
на заседании	решением педагогического совета	Директор школы
методического	ГБОУ средней школы № 10	
объединения	с углублённым изучением химии	_____Румянцев Д.Е.
Протокол № _____	Протокол №	Приказ №
от «___»_____2022	от « » 2022	от « » 2022
Председатель МО	Председатель педсовета	
_____/_____/	_____ Румянцев Д.Е.	

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
Учебного предмета «ОБЖ»
для 7 класса основного общего образования
на 2022 -2023 учебный год

Составил(а) учитель
Пехтерева А.В

Санкт-Петербург
2021

Паспорт рабочей программы

Тип программы	Программа общеобразовательных учреждений
Статус программы	Рабочая программа учебного курса
Название, автор и год издания предметной учебной программы (примерной, авторской), на основе которой разработана Рабочая программа	**Пояснительная записка** Рабочая программа линии УМК «Основы безопасности жизнедеятельности» (5-9) составлена на основе Федерального государственного образовательного стандарта общего образования, Требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, Фундаментального ядра содержания общего образования, по Программе основного общего образования по ОБЖ. 5-9 классы. Авторы Н.Ф. Виноградова, Д.В. Смирнов, Л.В. Сидоренко «Основы безопасности жизнедеятельности».5-9 класс: учебно-методическое пособие под редакцией Н.Ф. Виноградова.- М.: Вентана-Граф, 2020. Рабочая программа 5 класс по основам безопасности жизнедеятельности составлена с использованием **нормативно-правовой базы**: 1. Закона 273 – ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 года. 2. На основании приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования». 4. На основании Основной образовательной программы основного общего образования на 2018-2022 годы, утвержденная приказом директора от 17.08.2018 г. № 129.
УМК (автор учебника, издательство и год издания), учебно-наглядные пособия (контурные карты, атлас)	«Основы безопасности и жизнедеятельности», Виноградова Н.Ф., Д.В. Смирнов., Л. В. Сидорненко., А.Б

	Таранин., М. Издательский центр «Вентана-Граф» 2020
Категория обучающихся	Учащиеся 5-7 класса ГБОУ средней школы № 10 с углублённым изучением химии Василеостровского района Санкт-Петербурга
Сроки освоения программы	1 год
Объём учебного времени	34 часа
Форма обучения	очная
Режим занятий	1 час в неделю

Пояснительная записка

Рабочая программа для учащихся 7 класса, составленная на основе авторской Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов, программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 7-9 классов общеобразовательных учреждений. / под ред. Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов,- М. : Вентана-Граф, 2020г, составлена на основе образовательной программы основного общего образования в соответствии с требованиями ФГОС основного общего образования средней общеобразовательной школы №16 в соответствии с учебным планом и календарно-учебным графиком ГБОУ средней общеобразовательной школы №16 на 2020/2021 учебный год.

С целью объективного выявления знаний и умений учащихся по практико-ориентированным темам, изученным в IV четверти 2019/2020 учебного года, после вводных уроков и в начале каждого раздела проводится входная диагностическая работа. Отметка за диагностическую работу не ставится.

Учебный курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в основной школе строится так, чтобы были достигнуты следующие

Цель и задачи:

- формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих;
- развитие навыков сохранения жизни и здоровья в неблагоприятных, угрожающих жизни условиях, умений оказывать своевременную и грамотную помощь себе и другим пострадавшим;
- воспитание способности к самоконтролю, самооценке поведения в ситуациях, которые могут стать опасными для жизни и здоровья окружающих, развитие умения предвидеть последствия своего (чужого) поведения;
- воспитание организованности, дисциплинированности, стремления к самосовершенствованию, физическому и духовно-нравственному развитию.

Учебная программа для 7-х классов

В учебной программе для 7-х классов структурные компоненты курса ОБЖ предназначены для формирования у учащихся знаний о правилах безопасности жизнедеятельности. Раскрываются ситуации, связанные с бытовыми, природными и социальными явлениями, которые могут быть опасны для здоровья и жизни человека. Система практических заданий формирует навыки оказания первой помощи в различных чрезвычайных ситуациях.

Особенность курса — в его практической направленности. Главными методами обучения являются рефлексивный анализ конкретных жизненных ситуаций, с которыми могут встретиться обучающиеся, а также практические занятия, на которых они получают умения и навыки, необходимые для возможного предупреждения чрезвычайных ситуаций, правильного поведения в том случае, если они произошли.

За основу структуры и содержания программы принят модульный принцип ее построения и комплексный подход к наполнению содержания для формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, индивидуальной системы здорового образа жизни и антитеррористического поведения.

Модульный принцип позволяет:

• эффективнее организовать учебно-воспитательный процесс в области безопасности жизнедеятельности в различных регионах России с учетом их реальных особенностей в области безопасности, а также более полно использовать межпредметные связи при изучении тематики ОБЖ.

Личностными результатами обучения в 7 классах являются:

освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;

развитие способности и готовности к саморазвитию и личностному самоопределению;

формирование системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых жизненных установок, социальных компетенций.

Метапредметные 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 учётом 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 полученных знаний; освоение основных понятий и научной терминологии;

использование методов познания и исследования, принятых в данной науке.

Тематическое планирование учебного предмета « ОБЖ» 7 класс. 34 часов

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1	Введение. Цели предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»	2 часа
2	Зависит ли здоровье от образа жизни? Физическое здоровье человека	4 часа
3	Правильное питание	4 часа
4	Психическое здоровье человека	2 часа
5	Социальное здоровье человека	2 часа

6	Репродуктивное здоровье подростков и его охрана	3 час
7	Как вести себя при пожаре. Чрезвычайные ситуации в быту	9 часов
8	Разумная предосторожность. Опасные игры	6 часов
9	Итоговое контрольное тестирование за 7кл	1 час
10	Итоговое повторение и обобщение	1 час
	Итого	**34 часов**

Требования к уровню подготовки учащихся

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;

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 причины происходящих событий, делать выводы о возможных способах их устранения.

***Предметные результаты*:**

- 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);
- выявлять факторы, влияющие на здоровье и благополучие человека;
- раскрывать особенности организации безопасного туризма, отдыха, игр и занятий;
- анализировать и оценивать ситуации, связанные с опасностями для здоровья и жизни человека в близком окружении и в масштабах региона;
- 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.;
- ориентироваться в дорожной обстановке, соблюдать правила дорожного движения;
- оказывать первую помощь в различных чрезвычайных ситуациях.

Место предмета в учебном плане

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в 7 классе, из расчёта 1 ч в неделю, 34 ч в год.

Решением органов, осуществляющих управление в сфере образования, курс «Основы безопасности жизнедеятельности» может изучаться как обязательный предмет с 5 по 11 классы, что предусмотрено в рабочей программе и учебниках под редакцией Н. Ф. Виноградова, Д. В. Смирнов.

Виды и формы контроля

Основным объектом оценки предметных результатов в соответствии с требованиями Стандарта является способность к решению учебно-познавательных и учебно-практических задач, основанных на изучаемом учебном материале, с использованием способов действий, релевантных содержанию учебных предметов, в том числе метапредметных (познавательных, регулятивных, коммуникативных) действий. Система оценки предметных результатов освоения учебных программ с учётом уровневого подхода, принятого в Стандарте, предполагает выделение базового уровня достижений как точки отсчёта при построении всей системы оценки и организации индивидуальной работы с обучающимися. Для описания достижений обучающихся установлены следующие пять уровней.

Базовый уровень достижений — уровень, который демонстрирует освоение учебных действий с опорной системой знаний в рамках диапазона (круга) выделенных задач. Овладение базовым уровнем является достаточным для продолжения обучения на следующем уровне образования, но не по профильному направлению. Достижению базового уровня соответствует отметка «удовлетворительно» (или отметка «3», отметка «зачтено»).

Превышение базового уровня свидетельствует об усвоении опорной системы знаний на уровне осознанного произвольного овладения учебными действиями, а также о кругозоре, широте (или избирательности) интересов. Целесообразно выделить следующие два уровня, превышающие базовый:

повышенный уровень достижения планируемых результатов, оценка «хорошо» (отметка «4»);

• высокий уровень достижения планируемых результатов, оценка «отлично» (отметка «5»).

Для описания подготовки обучающихся, уровень достижений которых ниже базового, целесообразно выделить также два уровня:

• пониженный, низкий уровень достижений, оценка «неудовлетворительно» (отметка «2»);

Описанный выше подход целесообразно применять в ходе различных процедур оценивания: текущего, промежуточного и итогового.

При этом обязательными составляющими системы накопленной оценки являются материалы:

• стартовой диагностики;

• тематических и итоговых проверочных работ;

• творческих работ, включая учебные исследования и учебные проекты.

Основными формами контроля являются: входящий, текущий и итоговый контроль, которые позволяют:

● определить фактический уровень знаний, умений и навыков обучающихся по предмету (согласно учебному плану);

● установить соответствие этого уровня требованиям ФГОС ООО;

● осуществить контроль за реализацией образовательной программы (учебного плана) и программ учебных предметов.

Основными формами и видами контроля знаний, умений и навыков являются:

входной контроль в начале и в конце четверти в виде тестов, проверочных и самостоятельных работ;

текущий–в форме устного, фронтального опроса, контрольных, предупредительных, объяснительных, выборочных, графических, творческих, свободных («Проверяю себя»), тестов, проверочных работ, самостоятельных работ, комплексного анализа текстов;

итоговый – итоговое контрольное тестирование, включающий комплексный анализ текста и эссе на заданную тему.

Критерии	5 (ОТЛ.)	4 (ХОР.)	3 (УД.)	2 (НЕУД.)
1. Организация ответа (введение, основная часть, заключение)	Удачное использование правильной структуры ответа (введение - основная часть - заключение); определение темы; ораторское искусство (умение говорить)	Использование структуры ответа, но не всегда удачное; определение темы; в ходе изложения встречаются паузы, неудачно построенные предложения, повторы слов	Отсутствие некоторых элементов ответа; неудачное определение темы или её определение после наводящих вопросов; сбивчивый рассказ, незаконченные предложения и фразы, постоянная необходимость в помощи учителя	Неумение сформулировать вводную часть и выводы; не может определить даже с помощью учителя, рассказ распадается на отдельные фрагменты или фразы
2. Умение анализировать и делать выводы	Выводы опираются не основные факты и являются обоснованными; грамотное сопоставление фактов, понимание ключевой проблемы и её элементов; способность задавать ратьясняющие вопросы; понимание противоречий между идеями	Некоторые важные факты упускаются, но выводы правильны; не всегда факты сопоставляются и часть не относится к проблеме; ключевая проблема выделяется, но не всегда понимается глубоко; не все вопросы удачны; не все противоречия выделяются	Упускаются важные факты и многие выводы неправильны; факты сопоставляются редко, многие из них не относятся к проблеме; ошибки в выделении ключевой проблемы; вопросы неудачны или задаются только с помощью учителя; противоречия не выделяются	Большинство важных фактов отсутствует, выводы не делаются; факты не соответствуют рассматриваемой проблеме, нет их сопоставления; неумение выделить ключевую проблему (даже ошибочно); неумение задать вопрос даже с помощью учителя; нет понимания противоречий
3. Иллюстрация своих мыслей	Теоретические положения подкрепляются соответствующими фактами	Теоретические положения не всегда подкрепляются соответствующими фактами	Теоретические положения и их фактическое подкрепление не соответствуют друг другу	Смешивается теоретический и фактический материал, между ними нет соответствия
4. Научная корректность (точность в использовании фактического материала)	Отсутствуют фактические ошибки; детали подразделяются на значительные и незначительные, идентифицируются как правдоподобные, вымышленные, спорные, сомнительные; факты отделяются от мнений	Встречаются ошибки в деталях или некоторых фактах; детали не всегда анализируются; факты отделяются от мнений	Ошибки в ряде ключевых фактов и почти во всех деталях; детали приводятся, но не анализируются; факты не всегда отделяются от мнений, но обучающийся понимает разницу между ними	Незнание фактов и деталей, неумение анализировать детали, даже если они подсказываются учителем; факты и мнения смешиваются и нет понимания их разницы
5. Работа с ключевыми понятиями	Выделяются все понятия и определяются наиболее важные; чётко и полно определяются, правильное и понятное описание	Выделяются важные понятия, но некоторые другие упускаются; определяются чётко, но не всегда полно; правильное и доступное описание	Нет разделения на важные и второстепенные понятия; определяются, но не всегда чётко и правильно; описываются часто неправильно или непонятно	Неумение выделить понятия, нет определений понятий; не могут описать или не понимают собственного описания
6. Причинно-следственные связи	Умение переходить от частного к общему или от общего к частному; чёткая последовательность	Частичные нарушения причинно-следственных связей; небольшие логические неточности	Причинно-следственные связи проводятся редко; много нарушений в последовательности	Не может провести причинно-следственные связи даже при наводящих вопросах, постоянные нарушения последовательности

Критерии оценивания.

Критерии оценки устного ответа:

глубокий, с привлечением дополнительного материала и проявлением гибкости мышления ответ ученика оценивается пятью баллами;

твердое знание материала в пределах программных требований –четыре балла;

неуверенное знание, с несущественными ошибками и отсутствием самостоятельности суждений оценивается – три балла;

наличие в ответе школьника грубых ошибок, проявление непонимания сути, не владение навыком оценивается отрицательно, отметкой «2»;

отсутствие знаний, умений, навыков и элементарного прилежания влечет за собой единицу (используется очень редко).

Критерии оценки работы на уроке:

- ✓ активное участие учащегося в процессе урока и безошибочное выполнение заданий оценивается пятью баллами;
- ✓ активное участие в процессе урока с допущением каких-либо ошибок в процессе выполнения задания – оценивается на четыре балла;
- ✓ неуверенное участие в процессе урока и отсутствие самостоятельной активности – оценивается тремя баллами;
- ✓ полное отсутствие активности - отметка «2»;

Критерии оценки тестового задания:

75-100% - отлично «5»;

60-74% - хорошо «4»

50-59% - удовлетворительно «3»;

менее 50% - неудовлетворительно «2»;

Критерии оценки сообщения или проекта:

1. глубокий, самостоятельный, с привлечением дополнительного материала и проявлением гибкости мышления ответ ученика, оценивается пятью баллами;
2. привлечение дополнительного материала, неуверенный ответ- на четыре балла;
3. выполнена работа в письменном виде, отсутствие ответа, при этом ответы на дополнительные вопросы – оценивается на три балла;
4. полное отсутствие работы - отметка «2»;

Критерии выведения четвертных и годовых оценок:

Отметка «5» выводится при выполнении следующих требований:

- активная и правильная работа учащегося на уроке;
- выполнение дополнительных заданий в виде сообщений и проектов
- высокий уровень знания базового материала;

Отметка «4» выводится при выполнении следующих требований:

- активная, но иногда с ошибками работа учащегося на уроке;
- выполнение дополнительных заданий по желанию;
- высокий уровень знания базового материала;

Отметка «3» выводится при выполнении следующих требований:

- отсутствие самостоятельной активности на уроке;
- отсутствие выполнения дополнительных заданий;
- низкий уровень знания базового материала;

Содержание учебного предмета

№п/п	Название темы урока	Кол/ч
Раздел 1.	**Введение. Основы безопасности жизнедеятельности.**	
1.1	Проблема здорового образа жизни. Как её решали в древности.	1
1.2	Окружающая среда и безопасность	1
1.3	Физическое воспитание в Спарте	1
Раздел 2.	**Здоровый образ жизни. Что это?**	
2.1	Что такое здоровый образ жизни. Слагаемые здоровья.	1
2.2	Что такое физическое здоровье.	1
2.3	Значение физической культуры для здоровья человека. Хорошее физическое состояние обеспечивает здоровье и эмоциональное благополучие человека.	1
2.4	Закаливание как способ тренировки организма.	1
2.5	Правила личной гигиены.	1
2.6	Русская баня и здоровье; польза закаливания	1
2.7	Правила рационального питания, соблюдение которых позволяет поддерживать здоровье.	1
2.8	Белки — строительный материал для организма; углеводы и жиры — источник энергии для организма.	1
2.9	Продукты питания как экологический фактор.	1
2.10	Питание и болезни. Диета.	1
2.11	Психическое здоровье — эмоциональное благополучие человека. Способность управлять эмоциями, спокойно решать возникающие проблемы.	1
2.12	Воздействие шумов на организм человека.	1
2.13	Компьютер и здоровье. Информационная безопасность	1
2.14	Человек — социальное существо, член общества.	1

2.15	Репродуктивное здоровье — способность человека к воспроизведению.	1
2.16	Половое созревание — особенность подросткового и юношеского возраста. Подготовка организма к деторождению.	1
2.17	Чистота тела — одно из условий репродуктивного здоровья.	1
2.18	Риски старшего подросткового возраста	1
Раздел 3	**Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни.**	
3.1	Пожар — чрезвычайная ситуация. Причины пожаров. Поражающие факторы пожара.	1
3.2	Правила пожарной безопасности. Безопасность во время праздничных фейерверков. Организация эвакуации из горящего здания.	1
3.3	Средства пожаротушения.	1
3.4	Помощь при ожогах.	1
3.5	Залив жилища. Причины заливов помещений. Правила поведения при заливах.	1
3.6	Электричество при неправильном использовании может быть опасным. Правила пользования электроприборами. Оценка обстановки при электротравмах, первая помощь.	1
3.7	Правила пользования газовыми приборами. Первая помощь при отравлении бытовым газом. Правила безопасности при пользовании бытовой химией	1
3.8	Досуг в городе; каких мест лучше избегать. Как вести себя на улице.	1
3.9	Меры предосторожности в лифте и на лестнице. Правила поведения при нападении. Подручные средства самообороны.	1
3.10	Места, где играть запрещено. Опасности, которые скрывает карьер.	1
3.11	Экстрим в игре и спорте. Неразорвавшиеся боеприпасы.	1
3.12	Уголовный кодекс РФ о проникновении в чужое жилище	1
3.13	Итоговое контрольное тестирование	1

Тема	Программное содержание	Деятельность обучающихся
Введение. Цели предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» (2 часа)	Проблема здорового образа жизни. Как её решали в древности. Окружающая среда и безопасность. Какие знания и умения приобретают при изучении ОБЖ.	Коммуникативная деятельность: правила участия в диалоге и дискуссии; построение суждений. Работа с информацией: отбор видео- и интернет-материалов и их оценка. Аналитическая деятельность: чтение и оценка учебных текстов для ответа на вопрос «Почему проблема здорового образа жизни волновала общество уже в древности?»; выделение главной мысли учебного текста. Самооценка: определение своих возможностей и способностей. Конструирование понятий: природные чрезвычайные ситуации, техногенные чрезвычайные ситуации, безопасная жизнедеятельность. Формулирование вывода: почему нужно изучать предмет ОБЖ
Зависит ли здоровье от образа жизни? Физическое здоровье человека (4 часа)	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.	Коммуникативная деятельность: правила участия в диалоге и дискуссии; построение суждений, тезисов и антитезисов. Работа с информацией: отбор видео- и интернет-материалов и их оценка. Аналитическая деятельность: чтение и оценка учебных текстов; выделение главной мысли учебного текста; высказывание версий о смысле пословиц и поговорок. Конструктивная деятельность: построение схем «Здоровье человека», «Физическое здоровье человека». Аналитическая деятельность: создание памятки «Правила закаливания». Рефлексивная деятельность: оценка своего физического развития; создание программы 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	Коммуникативная деятельность: правила участия в диалоге; конструирование суждений и доказательств. Практическая деятельность: анализ «пищевой пирамиды», составление меню ученика 7 класса на день. Конструирование вывода на основе анализа иллюстративного материала, схем и таблиц учебника. Чтение информации, представленной в диаграмме и таблицах. Аналитическая деятельность: работа с информацией, представленной в таблице и иллюстрациях

Тема	Программное содержание	Деятельность обучающихся
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	Конструирование характеристики понятия «психическое здоровье человека». Практическая деятельность: упражнения на релаксацию. Рефлексивная деятельность: самоконтроль и самооценка — «признаки стресса». Коммуникативная деятельность: построение суждений, доказательств, пояснений. Сравнение и дифференциация: ложное и истинное суждение. Деятельность в коллективе: правила совместной деятельности
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.	Аналитическая деятельность:оценка информации, представленной в тексте. Рефлексивная деятельность: самооценка умений общаться, самоанализ учебной деятельности. Коммуникативная деятельность: конструирование суждений, выбор и объяснение ответа (из представленных альтернативных)
Репродуктивное здоровье подростков и его охрана (3 часа)	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	Коммуникативная деятельность: построение суждений, подбор доказательств. Аналитическая деятельность: оценка информации, представленной в тексте; составление плана ответа на вопрос «Особенности развития мальчиков и девочек»

Тема	Программное содержание	Деятельность обучающихся
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 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	Аналитическая деятельность: составление памятки «Причины пожаров» (по иллюстративному материалу). Чтение информации, представленной на схеме. Моделирование бытовых пожароопасных ситуаций. Практическая игровая деятельность: «эвакуация» из горящего дома; применение средств пожаротушения; помощь при ожогах. Конструирование воображаемых ситуаций. Коммуникативная деятельность: участие в диалоге, построение суждений и умозаключений. Аналитическаядеятельность: анализ жизненных ситуаций и текста учебника; оценка информации, представленной на схеме. Практическая (игровая) деятельность: разыгрывание сценок на материале «Медицинской странички». Коммуникативная деятельность:правила участия в дискуссии, построение суждений и доказательств. Практическая деятельность: первая помощь при отравлениях
Разумная предосторожность. Опасные игры (6 часов)	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.	Аналитическая деятельность: конструирование памятки «Правила поведения в ситуациях опасного общения». Конструирование воображаемых ситуаций (игра-драматизация): разыгрывание сценок общения с мошенниками, хулиганами, психологическая готовность к встрече с опасными незнакомцами

Тема	Программное содержание	Деятельность обучающихся
Итоговое контрольное тестирование за 7 класс. (1 час)		
Итоговое повторение и обобщение(1 час)		

Поурочно-тематическое планирование 7 класс

№	Тема урока	Тип урока	Планируемые результаты обучения		Виды и формы контроля	Дата проведения
			Освоение предметных знаний	УУД		
1-2	Введение. Цели предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»	Формирование мотивации изучения предмета ОБЖ, важность его для ориентировки в различных жизненных ситуациях	Проблема здорового образа жизни волновала людей разных стран и государств с древности. Знание проблем окружающего мира и средств их преодоления — основа благополучия человека на Земле, в среде обитания и среди людей. Человек — часть окружающего мира и участник проходящих в нём событий, как природных, так и социальных	Коммуникативная деятельность: правила участия в диалоге и дискуссии; построение суждений. Работа с информацией: отбор видео- и/или интернет-материалов и их оценка. Аналитическая деятельность: чтение и оценка учебных текстов для ответа на вопрос «Почему вопросы здорового образа жизни волновали общество с древности?»; выделение главной мысли	Устный Письменный опрос	сентябрь

				учебного текста		
3-4	Здоровый образ жизни. Что это	Формирование характеристики понятия «здоровый образ жизни», развитие мотивации — стремления к физическому и социальному здоровью. Подведение к пониманию зависимости состояния здоровья от образа жизни	«Здоровье как состояние полного благополучия и гармонии человека. Зависимость состояния здоровья от образа жизни. Особенность образа жизни людей, живущих в разных условиях. Человек — часть окружающего мира и участник происходящих в нём событий, как природных, так и социальных. Отношение человека к окружающим людям и их деятельности — важное условие здоровья и эмоционального благополучия. Круг интересов человека	Учебная дискуссия: «Характеристика понятия „Здоровый образ жизни“». Работа в группах (с иллюстративным материалом): «Особенности образа жизни сельского и городского жителя». Работа со схемой «Здоровье человека». Учебный диалог: «Круг интересов человека». Работа с рубрикой «Расширение кругозора» (с. 14). Работа в группах: анализ смысла пословиц и поговорок	Устный Письменный опрос(тест)	сентябрь

5-6	Физическое здоровье человека. Физическая культура и здоровье	Формирование осознания необходимости физической культуры как условия сохранения здоровья, а также для успешного прохождения службы в рядах Вооружённых Сил (для мальчиков); понимание роли закаливания и гигиены в физическом состоянии человека	Значение физической культуры для здоровья человека. Закаливание как способ тренировки организма. Закаливание и гигиена	Учебная дискуссия: «Что такое физическое здоровье человека, как его поддержать и сохранить?». Работа со схемой. Практическое занятие: программа закаливания. Коммуникативная деятельность: правила ведения диалога; построение суждений и умозаключений. Аналитическая деятельность и работа с информацией: конструирование схемы (физическое здоровье человека). Рефлексивная деятельность: оценка своего физического развития	Устный Письменный опрос(тест)	

7-9	Правильное питание	Формирование осознанного отношения к рациональному питанию, понимание его значения для здорового образа жизни. Расширение представлений о значении для организма человека жиров, белков и углеводов. Ввод понятий «животные и растительные белки»; «сложные и простые углеводы»	Существуют правила рационального питания, соблюдение которых позволяет поддерживать здоровье. Белки — строительный материал для организма, а жиры и углеводы дают ему энергию, поддерживают выносливость и силу. Продукты питания как экологический фактор	Учебный диалог: «Зависит ли здоровье человека от питания?». Учебная дискуссия: анализ иллюстративного материала. Практическое занятие. Чтение и анализ текста учебника. Работа с иллюстративным материалом: дифференциация животных и растительных белков, сложных и простых углеводов. Учебный диалог: «Поговорим о диете» Коммуникативная деятельность: правила участия в диалоге; построение суждений и доказательств.	Устный Письменный опрос(тест)	

				Практическая деятельность: анализ пищевой пирамиды, составление меню ученика 7–9 класса на день. Формулирование вывода на основе анализа иллюстративного материала, схем и таблиц учебника. «Чтение» информации, представленной в диаграмме и таблицах		
10 - 11	Психическое здоровье человека	Формирование представлений о психическом здоровье человека, признаках и причинах нездоровья. Осознание необходимости организовывать свою жизнь рационально, оградить себя от шума, ограничить общение с компьютером	Психическое здоровье — эмоциональное благополучие человека. Человек и мир звуков. Общение с компьютером. Способность управлять эмоциями, решать спокойно возникающие проблемы. Использование релаксационны	Конструирование характеристики понятия «психическое здоровье человека». Практическая деятельность: упражнения на релаксацию. Рефлексивная деятельность: самоконтроль и самооценка — «признаки стресса». Коммуникативн	Устный Письменный опрос(тест)	

			х упражнений как средство регулирования своего эмоционального состоянии, развития способности «властвовать собой». Воздействие шума на организм человека, меры борьбы с шумом. Общение с компьютером, информационная безопасность	ая деятельность: построение суждений, доказательств, пояснений. Деятельность сравнения и дифференциации: ложное и истинное суждение. Деятельность в коллективе: правила совместной деятельности		
12 - 13	Социальное здоровье человека	Формирование представлений о социальном здоровье человека, причинах, его нарушающих. Расширение знаний об общении как важнейшей человеческой деятельности, правилах бесконфликтной коммуникации; об учебной деятельности	Человек — социальное существо, член общества Социальная среда — обязательное условие развития человека. Отношения с окружающими людьми — показатель социального здоровья человека. Общение —	Чтение и обсуждение текста учебника. Учебный диалог: «Дети-Маугли». Учебная дискуссия: «Умеем ли мы общаться?». Задание тестового характера «Проверь себя». Учебная дискуссия: черты	Устный Письменный опрос(тест)	

		как социально значимой	ценная деятельность человека. Учение — социально важная деятельность, обеспечивающая прогресс общества	коллективной деятельности и коллектива. Работа в группах: анализ иллюстративного материала. Индивидуальные рассказы: «Круг моих интересов». Учебная дискуссия: «Фанаты и поклонники», характеристика понятия «фанатизм» Аналитическая деятельность: оценка информации, представленной в тексте. Рефлексивная деятельность: самооценка умений общаться. Коммуникативная деятельность: построение суждений, выбор и объяснение ответа (из представленны		

				х альтернативных). Формулирование вывода: «Что такое фанатизм?»		
14-15	Репродуктивное здоровье подростков и его охрана	комбинированный	Формирование представлений о репродуктивном здоровье, особенностях полового созревания девочек и мальчиков. Воспитание потребности заботиться о чистоте своего тела, правильном режиме труда и отдыха. Развитие мотивации получения знаний об особенностях своего развития	Коммуникативная деятельность: построение суждений, подбор доказательств. Аналитическая деятельность: оценка информации, представленной в тексте	Устный Письменный опрос(тест)	
16-19	Опасности, подстерегающие нас в повседневной жизни. Как вести себя при пожаре	комбинированный	Расширение представлений учащихся о причинах пожаров в быту и правилах поведения при	Аналитическая деятельность: составление памятки «Причины пожаров» по иллюстративно	тест, опрос	

			пожарах. Воспитание осторожности, способности предвидеть последствия своих действий Пожар — чрезвычайная ситуация. Причины пожаров. Поражающие факторы пожара. Правила пользования газовыми и электрическими приборами. Правила пользования пиротехникой. Организация эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения	му материалу. Чтение информации, представленной в схеме. Моделирование житейских пожароопасных ситуаций. Практическая игровая деятельность: эвакуация из горящего дома; применение средств пожаротушения		
20 - 22	Если произошло отравление	комбинированный	Воспитание осторожности и продуманности действий в сложных жизненных ситуациях. Воспитание желания прийти	Аналитическая деятельность: помощь отравившемуся бытовой химией. Коммуникативная деятельность:	тест	

			на помощь пострадавшему и оказать ему посильную помощь Первая помощь при отравлении бытовым газом. Правила пользования газовыми приборами. Безопасность пользования бытовой химией	правила участия в дискуссии, построение суждений и доказательств. Практическая деятельность: первая помощь при чрезвычайных ситуация		
23	Залив жилища	комбинированный	Расширение представлений о чрезвычайных ситуациях, связанных с заливом жилища. Причины заливов помещений. Правила поведения при заливах различных помещений	Конструирование воображаемых ситуаций. Коммуникативная деятельность: правила участия в диалоге, построение суждений и умозаключений. Аналитическая деятельность: анализ жизненных ситуаций и текста учебника	тест	
24	Опасное электричество	комбинированный	Углубление представлений	Аналитическая деятельность:	тест, опрос, практическ	

			о правилах пользования электроприборами, воспитание осторожности и способности предвидеть опасные ситуации Электричество при неправильном использовании может быть опасным. Правила пользования электроприборами. Оценка обстановки при электротравмах, первая помощь	правила пользования электроприборами. Построение суждений и выводов. Практическая (игровая) деятельность: разыгрывание сценок на материале «Медицинской странички»	ая работа	
25-28	Разумная предосторожность	комбинированный	Развитие предосторожности при общении с незнакомыми людьми. Формирование представлений о правилах поведения в местах скопления людей. Формирование умения	Аналитическая деятельность: составление памятки «Правила поведения в ситуациях опасного общения». Игра-драматизация: разыгрывание сценок общения с мошенниками,	опрос	

			оценивать создавшуюся обстановку, действовать адекватно возникшей ситуации	хулиганами. Практическая деятельность: психологическая готовность к встрече с опасными незнакомцами		
29 - 30	Опасные игры	комбинированный	Формирование способности предвидеть опасности в незнакомой природной и социальной среде	Аналитическая деятельность: оценка последствий неразумного поведения. Коммуникативная деятельность: участие в учебном диалоге. Рефлексивная деятельность: оценка своих действий в опасных ситуациях	опрос, тест	
33	Места, где играть запрещено. Опасности, которые скрывает карьер.		Формирование способности предвидеть опасности в незнакомой природной и социальной среде	Аналитическая деятельность: оценка последствий неразумного поведения. Коммуникативная деятельность: участие в учебном диалоге.		

				Рефлексивная деятельность: оценка своих действий в опасных ситуациях		
32	Экстрим в игре и спорте. Неразорвавшиеся боеприпасы.		Формирование способности предвидеть опасности в незнакомой природной и социальной среде	Аналитическая деятельность: оценка последствий неразумного поведения. Коммуникативная деятельность: участие в учебном диалоге. Рефлексивная деятельность: оценка своих действий в опасных ситуациях		май
33	уголовный кодекс РФ о проникновении в чужое жилище	комбинированный		Аналитическая деятельность: оценка последствий неразумного поведения. Коммуникативная деятельность: участие в учебном диалоге. Рефлексивная деятельность:		май

				оценка своих действий в опасных ситуациях		
34	повторение	комбинированный				май

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса:

1. Учебный комплект:

- Основы безопасности жизнедеятельности: 7-9 классы: учебник для учащихся общеобразовательных организаций {Н.Ф. Виноградовой, Д.В. Смирнова, Л.В. Сидоренко и др.} М.: Вента-Граф, 2017 – 272 с.: ил.

2. Методический комплект:

- Основы безопасности жизнедеятельности: 7-9 классы: учебник для учащихся общеобразовательных организаций {Н.Ф. Виноградовой, Д.В. Смирнова, Л.В. Сидоренко и др.} М.: Вента-Граф, 2017 – 272 с.: ил.
- Пособие для учителя «Основы безопасности жизнедеятельности. Поурочные разработки. 5—9 классы»

3. Технические средства обучения:

- Компьютер, проектор.