

Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Центр образования № 2»
города Ясногорска Тульской области

РАССМОТРЕНО
на заседании МО
Протокол № 1 от 30.08.16г.

СОГЛАСОВАНО
Зам. директора по УВР  Железнова О.Н.
Принято на заседании педагогического совета
Протокол № 1 от 31.08.16г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МОУ «ЦО №2»
Ясногорска



 Трофимова Н. В.
Принят №182 от 01.09.2016г.

**Рабочая программа
по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»
для 7 классов**

Разработчик программы
Перебоева Нина Леонидовна
педагог-организатор ОБЖ
высшей квалификационной категории

г. Ясногорск
2016 год

Пояснительная записка.

Рабочая программа по ОБЖ для 7 класса разработана в соответствии с примерной программой основного общего образования по ОБЖ, с учетом требований федерального компонента государственного стандарта основного общего образования (утвержден приказом Минобразования РФ № 1089 от 5 марта 2004 года) и авторской программы «Основы безопасности жизнедеятельности», разработанной В.Н. Латчуком, С.К. Мироновым, С.Н. Вангородским.

Программа рассчитана на 35 часов (1 час в неделю).

В настоящей рабочей программе реализованы требования федеральных законов:

- «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
- «Об охране окружающей природной среды»;
- «О пожарной безопасности»;
- «О гражданской обороне»;
- «О безопасности дорожного движения» и др.

В программе представлены два раздела, в каждом из которых выделены образовательные линии.

Раздел I «Безопасность и защита человека в среде обитания» включает темы: «Правила безопасного поведения в природной среде», «Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях», «Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения».

Раздел II «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» предусматривает изучение тем: «Основы медицинских знаний» и «Основы здорового образа жизни».

Учебные вопросы распределены с учетом возраста учащихся. Больше количество часов отводится на изучение ЧС природного характера, у учащихся должны быть выработаны навыки по оказанию первой медицинской помощи; заложены осознания возможности здорового образа жизни. Все эти знания должны помочь учащимся в обеспечении сохранности жизни и здоровья.

Цели и задачи курса:

- Изучение и освоение основ здорового образа жизни;
- Изучение в комплексе современных проблем безопасности и жизнедеятельности, формирующее у учащихся целостное миропонимание и социально-значимую ценностную ориентацию личности;
- Ознакомление с опасностями, угрожающими человеку в современной повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера;
- Изучение и освоение основ медицинских знаний и правил оказания первой медицинской помощи в опасных и чрезвычайных ситуациях.

Главная задача курса 7 класса –

Дать учащимся навыки выживания в опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни: в чрезвычайной ситуации природного характера; по оказанию первой медицинской помощи при травмах; основам здорового образа жизни.

Межпредметные связи:

География, биология.

Содержание программы

Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях. (20ч)

Землетрясения и их характеристика. Происхождение землетрясений, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от последствий землетрясений. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время и после землетрясения.

Вулканы и их характеристика. Причины извержения вулканов и их последствия. Правила безопасного поведения при извержении вулканов. Оползни, сели, обвалы, лавины и их характеристика. Происхождение оползней, селей, обвалов, лавин, причины их возникновения и по следствия. Меры по снижению потерь от последствий оползней, селей, обвалов и лавин. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала. Правила безопасного поведения во время и

после схода селя, оползня, обвала, а также безопасного выхода из зоны стихийного бедствия. Ураганы, бури, смерчи и их характеристика. Происхождение ураганов, смерчей, бурь, причины их возникновения. Меры по снижению потерь от последствий ураганов, бурь, смерчей. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча. Правила безопасного поведения во время и после ураганов, бури, смерча. Наводнения и их характеристика. Происхождение наводнений, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от последствий наводнений. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнениях, во время и после наводнений. Цунами и их характеристика. Происхождение цунами, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от последствий цунами. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами, во время прихода и после цунами. Природные пожары (лесные, торфяные, степные) и их характеристика. Происхождение природных пожаров, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от последствий природных пожаров. Правила безопасного поведения при возникновении природных пожаров. Правила безопасного поведения в зоне лесных пожаров и тушение лесного пожара в лесу.

Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера. Особенности психологических процессов до, во время и после стихийных бедствий. Рекомендации по психологической подготовке к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природного характера.

Обучение способам оповещения населения о чрезвычайных ситуациях в городах, населенных пунктах и на промышленных предприятиях. Сигнал - «Внимание всем!» Речевая информация, передаваемая по радио, приемнику, телевизору, о чрезвычайных ситуациях мирного времени.

Обучение правилам эвакуации населения. Организация и проведение эвакуации.

Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (6ч)

Перевязочные средства. Характеристика перевязочного материала.

Отработка навыков наложения повязок на верхнюю конечность.

Отработка навыков наложения повязок на нижнюю конечность.

Первая медицинская помощь при переломах.

Транспортная иммобилизация. Правила и способы транспортировки пострадавших.

Основы здорового образа жизни (5ч)

Режим труда и отдыха необходимое условие жизни, обеспечивающее сохранение и укрепление здоровья. Умственная и физическая работоспособность. Профилактика переутомления и содержание режима дня.

Особенности половой функции мужчин и женщин. Поведение в период полового созревания. Знания о любви и дружбе.

Беременность. Знания о нарушениях в развитии репродуктивной системы.

Глубокое осмысление роли половых отношений в формировании репродуктивной функции девушек и юношей.

Закрепление практических навыков по пройденным темам (4ч)

Требования к уровню подготовки учащихся 7 класса

Должны:

знать/понимать

- основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, природного характера;

уметь

- действовать при возникновении лесного пожара и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
- оказывать первую медицинскую помощь при переломах, кровотечениях;
- действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения.

использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности на природе;

- обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Календарно-тематическое планирование по ОБЖ на 2016-2017 учебный год, 7 класс

№ п/п	Дата проведения	Тема урока	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки учащихся	Вид контроля
Раздел 1. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях						
Глава 1. Чрезвычайные ситуации природного характера.						
1	сентябрь	Чрезвычайные ситуации природного характера и поведение в случае их возникновения.	Комбинированный	Опасные природные явления и стихийные бедствия на территории России. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.	Знать возможные чрезвычайные ситуации природного характера, наиболее вероятные для района проживания.	Фронтальный
Глава 2. Землетрясения.						
2	сентябрь	Происхождение землетрясений. Как оценивают землетрясения. Классификация землетрясений. Шкала Меркалли. Магнитуда по Рихтеру.	Комбинированный	Происхождение землетрясений. Сейсмические пояса. Причины землетрясений. Классификация	Знать: причины возникновения землетрясений; сейсмически опасные районы	Фронтальный

				землетрясений. Шкала Меркалли. Магнитуда по Рихтеру.	России. Уметь оценивать землетрясения по степени разрушений.	
3	Сентябрь	Последствия землетрясений. Меры по уменьшению потерь от землетрясений.	комбинированный	Последствия землетрясений. Меры по уменьшению потерь от землетрясений.	Знать основные мероприятия по защите населения от землетрясений и их последствия. Иметь представление о последствиях землетрясений. Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от землетрясений.	Фронтальный
4	сентябрь	Правила безопасного поведения при землетрясениях. Безопасные места для укрытия в здании. Правила безопасного поведения во время внезапного землетрясения.	Комбинированный	Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о землетрясении. Безопасные места для укрытия в здании. Правила безопасного поведения во время внезапного землетрясения.	Знать: способы оповещения о землетрясении и правила безопасного поведения; основные мероприятия по защите населения от землетрясений. Уметь: эвакуироваться из здания при землетрясении; правильно вести себя, оказавшись в завале.	Фронтальный

Глава 3. Вулканы.

5	октябрь	Происхождение и виды вулканов. Последствия извержения вулканов.	Комбинированный	Историческая справка. Происхождение и виды вулканов. Последствия извержения вулканов. Палящая туча. Лава. Палящая лавина.	Знать, что собой представляет «палящая туча» и чем она опасна для человека. Иметь представление о последствиях извержения вулканов.	Тест (15мин)
6	октябрь	Меры по уменьшению потерь от извержения вулканов. Правила поведения во время извержения вулканов.	Комбинированный	Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов. Правила поведения во время извержения вулканов.	Знать основные мероприятия по защите населения от извержения вулканов. Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от извержения вулканов. Уметь защищать органы дыхания в случае извержения вулкана.	Фронтальный

Глава 4. Оползни, сели, обвалы.

9	ноябрь	Последствия оползней, селей, обвалов и лавин и меры по уменьшению ущерба от них. Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин.	Комбинированный	Последствия оползней, селей, обвалов и лавин и меры по уменьшению ущерба от них. Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин. Правила поведения при внезапном сходе селя,	Знать: способы оповещения об угрозе оползней, селей, обвалов, снежных лавин; основные мероприятия по защите населения от оползней, селей, обвалов, снежных лавин и их последствий. Владеть навыками	фронтальный
---	--------	---	-----------------	---	--	-------------

				оползня, лавины, обвала.	выполнения мероприятий по защите от оползней, селей, обвалов и снежных лавин.	
Глава 5. Ураганы, бури, смерчи.						
10	ноябрь	Происхождение и виды ураганов, бурь, смерчей. Циклон. Шкала Бофорта. Области зарождения тропических циклонов. Ураган. Классификация ураганов. Буря. Классификация бурь. Классификация смерчей	Комбинированный	Циклон. Шкала Бофорта. Области зарождения тропических циклонов. Ураган. Классификация ураганов. Буря. Классификация бурь. Классификация смерчей	Знать где зарождаются ураганы, как образуется смерч.	Тест (10мин)
11	ноябрь	Последствия ураганов, бурь, смерчей. Зарождение урагана. Опасность урагана. Последствия ураганов. Последствие бурь (снежных, пыльных). Разрушительная сила смерча.	Комбинированный	Зарождение урагана. Опасность урагана. Последствия ураганов. Последствие бурь (снежных, пыльных). Разрушительная сила смерча.	Иметь представление о последствиях ураганов, бурь и смерчей.	Фронтальный
12	ноябрь	Меры по уменьшению ущерба от ураганов, бурь, смерчей. Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей.	Комбинированный	Меры по уменьшению ущерба от ураганов, бурь, смерчей. Оповещение населения об угрозе ураганов, бурь, смерчей. Правила поведения при заблаговременном оповещении об угрозе	Знать: способы оповещения об ураганах, бурях, смерчах; основные мероприятия по защите населения от ураганов, бурь, смерчей и их последствий. Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от ураганов, бурь,	Тест (10мин)

				ураганов, бурь, смерчей.	смерчей.	
Глава 6. Наводнения.						
13	декабрь	Происхождение и виды наводнений. Причины возникновения наводнений. Классификация наводнений. Последствие наводнений (затопление, подтопление).	Комбинированный	Происхождение и виды наводнений. Причины возникновения наводнений. Классификация наводнений. Последствие наводнений (затопление, подтопление).	Знать способы оповещения о наводнениях. Иметь представление о последствиях наводнений.	Тест (10мин)
14	декабрь	Меры по уменьшению ущерба от наводнений. Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений.	Комбинированный	Меры по уменьшению ущерба от наводнений. Правила поведения при заблаговременном оповещении о наводнении. Правила поведения при внезапном наводнении.	Знать основные мероприятия по защите населения от наводнений и их последствий. Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от наводнений. Уметь подавать сигналы бедствия.	Фронтальный
Глава 7. Цунами.						
15	декабрь	Происхождение и классификация цунами. Последствия цунами.	Комбинированный	Происхождение и классификация цунами. Последствия цунами.	Знать причины возникновения цунами. Иметь представление о последствиях цунами.	Тест (15мин)

16	декабрь	Прогнозирование цунами и меры по уменьшению ущерба от них. Правила безопасного поведения при цунами.	Комбинированный	Прогнозирование цунами. Признаки близкого цунами. Правила поведения при заблаговременном оповещении о приближении цунами. Правила поведения при внезапном приходе цунами. Правила поведения в волне.	Знать способы оповещения о приближении цунами. Владеть навыками по защите населения от цунами. Уметь прогнозировать цунами по поведению животных.	Фронтальный
----	---------	--	-----------------	--	---	-------------

Глава 8. Лесные и торфяные пожары.

18	январь	Правила поведения на пожаре. Предупреждение лесных и торфяных пожаров. Правила безопасного поведения при нахождении в зоне лесного пожара и его тушении.	Комбинированный	Предупреждение лесных и торфяных пожаров. В пожароопасный сезон в лесу запрещается. Правила безопасного поведения при нахождении в зоне лесного пожара и его тушении.	Знать: способы оповещения о лесных и торфяных пожарах; основные мероприятия по защите населения от лесных и торфяных пожаров и их последствий. Уметь выходить из зоны лесного пожара. Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от лесных и торфяных пожаров.	Фронтальный
----	--------	--	-----------------	---	---	-------------

Глава 9. Психологические основы выживания в ЧС.

19	январь	Человек и стихия. Характер и	Комбинированный	Человек и стихия.	Знать от чего зависит	Тест (10мин)
----	--------	------------------------------	-----------------	-------------------	-----------------------	--------------

		темперамент. . Типы темперамента. Влияние темперамента на формирование характера		Характер и темперамент. Типы темперамента. Влияние темперамента на формирование характера. Поведение человека в чрезвычайных ситуации в зависимости от характера.	характер человека. Уметь развивать черты характера, помогающие для выживания.	
20	февраль	Психологические особенности поведения человека во время и после стихийного бедствия.	Комбинированный	Психологические особенности поведения человека во время стихийного бедствия. Психологические особенности поведения человека после стихийного бедствия.	Иметь представление об особенностях психологических процессов человека до, во время и после стихийных бедствий. Уметь справляться со своими чувствами и эмоциями.	Фронтальный

Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи

Глава 1. Правила наложения повязок.

21	февраль	Повязки. Общая характеристика. Характеристика перевязочного материала. Правила наложения повязок.	Комбинированный	Характеристика перевязочного материала. Правила наложения повязок.	Знать: основные перевязочные материалы; знать общие правила наложения повязок.	Фронтальный
22	февраль	Отработка практических навыков наложения повязок на руку. Наложение повязки на кисть. Наложение повязки на локтевой сустав. Наложение повязки на	Комбинированный	Наложение повязки на кисть. Наложение повязки на локтевой сустав. Наложение повязки на плечевой	Знать правила наложения повязок на руку. Уметь накладывать повязку на кисть,	Тест (7мин)

		плечевой сустав.		сустав.	локтевой сустав.	
23	февраль	Отработка практических навыков наложения повязок на ногу. Наложение повязки на коленный сустав. Наложение повязки на голеностопный сустав. Наложение повязки на область пятки.	Комбинированный	Наложение повязки на коленный сустав. Наложение повязки на голеностопный сустав. Наложение повязки на область пятки.	Знать правила наложения повязок на ногу. Уметь накладывать повязку на коленный сустав, на область пятки, на голеностопный сустав.	Фронтальный

Глава 2. Оказание помощи пострадавшим при переломах и их эвакуация.

24	март	Правила оказания первой медицинской помощи при переломах. Основные принципы транспортной иммобилизации. Общие правила оказания ПМП при переломах. Правила оказания ПМП при переломах костей верхних конечностей. Правила оказания ПМП при переломах костей нижних конечностей.	Комбинированный	Основные принципы транспортной иммобилизации. Общие правила оказания ПМП при переломах. Правила оказания ПМП при переломах костей верхних конечностей. Правила оказания ПМП при переломах костей нижних конечностей.	Знать основные принципы транспортной иммобилизации, правила ПМП при переломах верхних и нижних конечностей. Уметь накладывать шины на поврежденные конечности.	Тест (5мин)
25	март	Отработка навыков наложения шин на конечности. Правила оказания ПМП при переломах костей верхних конечностей. Правила оказания ПМП при переломах костей нижних конечностей.	Комбинированный	Правила оказания ПМП при переломах костей верхних конечностей. Правила оказания ПМП при переломах костей нижних конечностей.	Знать основные принципы транспортной иммобилизации, правила ПМП при переломах верхних и нижних конечностей. Уметь накладывать шины на поврежденные	Фронтальный

					конечности.	
26	март	Эвакуация населения. Способы без носилочной эвакуации пострадавших.	Комбинированный	Способы безносилочной транспортировки (эвакуации) пострадавших.	Знать способы безносилочной транспортировки пострадавших в зависимости от места перелома. Уметь переносить пострадавшего на руках.	Фронтальный

Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

Раздел 3. Основы здорового образа жизни

Глава 1. Режим учебы и отдыха подростка

27	март	Здоровый образ жизни. Режим - необходимое условие здорового образа жизни. . Навыки ЗОЖ.	Комбинированный	Режим – необходимое условие ЗОЖ. Навыки ЗОЖ.	Знать значение режима дня для формирования ЗОЖ. Уметь соблюдать режим дня.	Тест (10мин)
28	апрель	Умственная и физическая работоспособность. Умственное утомление и его последствие. Функции организма в различные промежутки времени.	Комбинированный	Умственная и физическая работоспособность. Умственное утомление и его последствие. Функции организма в различные промежутки времени.	Знать о функциях организма в различные промежутки времени. Уметь следить за работоспособностью организма.	Фронтальный
29	апрель	Профилактика переутомления и	Комбинированный	Составление режима дня с учетом традиции	Знать о режиме труда и отдыха как необходимом	Фронтальный

		содержание режима дня. Составление режима дня с учетом традиции семьи. Бюджет времени. Периоды самоподготовки		семьи. Бюджет времени. Периоды самоподготовки.	условии жизни, обеспечивающим укрепление и сохранение здоровья.	
Глава 2. Основы репродуктивного здоровья подростков.						
30	апрель	Проблемы сексуальных отношений в подростковом возрасте. Влюбленность и эротика.	Комбинированный	Влюбленность и эротика. Проблемы сексуальных отношений в подростковом возрасте.	Иметь представление о взаимоотношении полов в подростковом возрасте; о роли половых отношений в формировании репродуктивной функции девушек и юношей.	Тест (10мин)
31	апрель	Беременность и подросток.	Комбинированный	Понятие беременности. Нежелательная беременность. Аборт и его последствия.	Иметь представление о нежелательной беременности, аборте и его последствиях; об опасности ранних половых связей.	Фронтальный
Практические занятия						
32	май	Действия учащихся при возникновении ЧС	Комбинированный	Гражданский противогаз. ПМП при переломах. Эвакуация во время пожара.	Уметь: Надевать противогаз; оказывать ПМП при переломах; действовать в случае воздушной тревоги.	Фронтальный

33	май	Изготовление носилок из подручных материалов	Комбинированный	Изготовление носилок из подручных средств	Уметь сооружать носилки из подручных средств	Фронтальный
34	май	Отработка действий эвакуации из здания. Действия человека, оказавшегося в зоне лесного пожара.	Комбинированный	Правила эвакуации из здания. Действия человека, оказавшегося в зоне лесного пожара.	Уметь выходить из зоны лесного пожара.	Фронтальный
35	май	Правила дорожного движения (в части, касающейся пешеходов и велосипедистов).	Урок –практикум.	ПДД.	Знать : ПДД.	Индивидуальный.

Учебно-методическое обеспечение:

С. Н. Вангородский, М. И. Кузнецов, В. Н. Латчук , В. В. Марков. Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс: учебник для общеобразовательных учреждений /— М.: Дрофа, 2008.

Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс: методическое пособие. — М.: Дрофа, 2007.

Мионов С. К. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации по использованию учебников в учебном процессе, организованном в соответствии с новым образовательным стандартом. — М.: Дрофа, 2007.

В.Н. Латчук , В.В. Марков, М.П. Фролов «Основы безопасности жизнедеятельности» Дидактические материалы - М.: Дрофа, 2007.

Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности»