**Пояснительная записка**

Рабочая программа по «Основам Безопасности жизнедеятельности» 7 класс.

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

**Для реализации программного содержания используется:**

*А.Т.Смирнов,Б.О.Хренников*  Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс: учебник для общеобразовательных учреждений /. — М.: Дрофа, 2013.

*Миронов С. К.*Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации по использованию учебников в учебном процессе, организован ном 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 жизни»

Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности»

Рабочая программа разработана на основе авторской программы  «Основы безопасности жизнедеятельности», разработанной в соответствии  с федеральным компонентом  Государственного стандарта среднего общего образования.

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 модуля, в каждом из которых выделены образовательные линии.*

Модуль 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».

Модуль II «Основы медицинских знаний и здорово го образа жизни» предусматривает изучение тем: «Основы медицинских знаний» и «Основы здорового образа жизни».

**Цели и задачи курса:**

* Ознакомление с необходимыми индивидуальными мерами безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера, с мероприятиями, проводимыми государством по защите населения;
* Ознакомление с опасностями, угрожающими человеку в условиях автономного существования;
* Изучение и освоение основ медицинских знаний и правил оказания первой медицинской помощи;
* Иметь представление об основных видах здорового образа жизни;

**Главная задача курса**

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

**Межпредметные связи:**

Биология, география.

Итоговый и промежуточный контроль знаний обучающихся осуществляется в виде тестирования.

**Содержание программы**

**Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях.**

Опасные ситуации, возникающие в природе, их причины. Психологические основы выживания при  автономном существовании.  Психическое состояние человека при выживании в природных условиях. Преодоление страха и стрессового со стояния. Автономное существование человека в природе. Возможные причины попадания чело века в условия вынужденного автономного существования в природных условиях (аварии транс портного средства в малонаселенной местности; заблудились в лесу, горах, степи; отстали от группы в турпоходе и др.). Выживание в природных условиях. Надежная одежда и обувь. Правила безопасного поведения человека при вынужденном автономном существовании в природных условиях. Правила ориентирования на местности, выход к линейным ориентирам и населенным пунктам. Правила безопасного поведения на во де. Опасность водоемов. Особенности состояния водоемов в разное время года. Опасность водоемов зимой. Тонкий лед и опасность передвижения по льду. Меры предосторожности при движении по льду водоемов. Способы переправы через реку (переход вброд, преодоление вплавь, преодоление рек с быстрым течением), преодоление трясин и болот. Оборудование временного жилища, укрытия. Способы добывания огня, обогрев временного жилища. Обеспечение водой и питанием. Поиск и приготовление пищи. Съедобные растения, ягоды, грибы, орехи. Сигналы бедствия. Смена климатогеографических условий. Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Акклиматизация, общие понятия и определения. Акклиматизация к условиям жаркого климата, условиям горной местности, к условиям Севера. Требования к здоровью человека, которые необходимо учитывать при планировании смены климатогеографических условий. Отработка навыков для выполнения однодневного туристического похода (определение сторон горизонта, движение по азимуту, ориентирование на местности, разбивка лагеря,  разведение костра, обеспечение водой, приготовление пищи и др.). Ознакомление со съедобными и лекарственными растениями.

*Защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени (3ч)*

Изучение средств индивидуальной защиты органов дыхания. Их использование. Ознакомление с защитными сооружениями гражданской обороны, порядком их использования. Обучение способам оповещения населения о чрезвычайных ситуациях военного времени в городах, населенных пунктах и на промышленных предприятиях.

**Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи**

Характеристика различных видов травм и ушибов, повреждений и вызывающие их причины. Правила и способы оказания первой медицинской помощи пострадавшему.

Правила и способы транспортировки пострадавших.

Первая медицинская помощь при укусах змей, пищевой и других видах аллергии. Оказание помощи терпящим бедствие на воде. Первая медицинская помощь при утоплении. Отработка навыков оказания помощи пострадавшему при утоплении, тепловом и солнечном уда ре, отморожении.

Медицинская аптечка. Перевязочные и лекарственные средства. Правила приема лекарственных веществ. Использование природных лекарственных средств.

**Основы здорового образа жизни**

Рациональное питание. Недоедание. Нарушение правил личной гигиены.

Половое просвещение учащихся и его роль в формировании здоровья. Изменения в организме, происходящие при половом созревании. Факторы, формирующие репродуктивное здоровье. Знания о взаимоотношении полов.

Поведение в период полового созревания.

**Закрепление практических навыков по пройденным темам (1ч)**

**Требования к уровню усвоения дисциплины.**

Оценка «5» - ответ не требует дополнений, весь материал изложен в полном объеме. Речь хорошая.

Оценка «4» - в изложении материала допущены незначительные ошибки, неточности.

Оценка «3» - в усвоении и изложении материала имеются существенные пробелы, изложение не самостоятельное (наводящие вопросы учителя, помощь учащихся), в ответе имеются существенные ошибки.

Оценка «2» - основное содержание материала по вопросу не раскрыто.

**Требования к уровню подготовки учащихся  7 класса**

Должны:

***Знать/понимать:***

* правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного  характера;
* способы безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия;

***уметь***

* соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
* оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах;
* пользоваться средствами индивидуальной  защиты (противогазом, респиратором, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
* 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:**

* обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

**Учебно-тематический план**.

**по Основам безопасности жизнедеятельности 7 класс**

|  |  |
| --- | --- |
| **Раздел** | **Количество часов на его изучение** |
| **I.1-2 Основы комплексной безопасности** | **23 ч***.* |
| **II. 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации**  | **5 ч.** |
| **III. 4 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**  | **3 ч** |
| **IV. 5 Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи**  | **4ч** |
| **Итого: 35 часов** |  |

**Литература**

*А.Т.Смирнов,Б.О.Хренников*  Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс: учебник для общеобразовательных учреждений /. — М.: Дрофа, 2013.

*Миронов С. К.*Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации по использованию учебников в учебном процессе, организован ном 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 жизни»

Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности»

**Тематическое планирование « ОБЖ» в 7-х классах.**

**Часов в неделю :** 1 час в неделю **Всего:** 35 часов.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №п/п | К-вочасов | Тема | Дата | Дом задание |
| 1. | 1 | Различные природные явления |  | № 1.1 |
| 2. | 1 | Общая характеристика природных явлений |  | №1.2 |
| 3. | 2 | Землетрясение. Причины возникновения. |  | №1.3 |
| 4. | 1 | Защита населения от последствий землетрясений |  | №2.1 |
| 5. | 1 | Правила безопасного поведения при землетрясении |  | №2.2 |
| 6. | 1 | Расположение вулканов на Земле |  | №2.3 |
| 7 | 1 | Последствия извержения вулканов |  | №2.4 |
| 8. | 1. | Оползни и обвалы их последствия |  | №2.5 |
| 9. | 1 | Ураганы и бури, причины их возникновения |  | № 3.1 |
| 10. | 1 |  Защита населения от последствий ураганов |  | №3.2 |
| 11. | 1 | Смерчи |  | №3.3 |
| 12. | 1 | Наводнения. Виды наводнений |  | №4.1 |
| 13. | 1 | Защита населения от последствий наводнений |  | №4.2 |
| 14.. | 1 | Рекомендации населению во время наводнения |  | № 4.3 |
| 15. | 1  | Сели и их характеристика |  | № 4.4 |
| 16. | 1 | Защита населения от последствий селевых потоков |  | №4.5 |
| 17.. | 1 | Цунами и их характеристика |  | №4.6 |
| 18. | 1 | Защита населения от цунами |  | № 4.7 |
| 19. | 1 | Снежные лавины |  | №4.8 |
| 20. | 1 | Лесные и торфяные пожары |  | №5.1 |
|  |  |

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| 21 | 1 | Инфекционная заболеваемость людей и защита населения |  | №5.3 |
|  |  |  |  |  |
| 22. | 1 | Эпизоотии и эпифитотии |  | №5.4 |
| 23. | 2 | Терроризм и опасность вовлечения подростка террористическую деятельность |  | №5.4 |
| 24. | 2 | Роль нравственных позиций в формировании антитеррористического поведения |  | №6.2 |
| 25. | 1 | Психологическая уравновешенность |  | №7.1 |
| 26. | 1 | Стресс и его влияние на человека |  | №7.2 |
| 27. | 1 | Анатомо-физиологические особенности подростка |  | №7.3 |
| 28. | 1 | Общие правила оказания первой помощи |  | №8.1 |
| 29. | 1 | Оказание первой помощи при наружном кровотечении |  | №8.2 |
| 30. | 1 | Оказание первой помощи при ушибах и переломах |  | №8.3 |
| 31. | 1 | Общие правила транспортировки пострадавшего |  | №8.4 |
| 32. | 1 | Практические занятия по отработке специальных навыков |  |  |
| Итого | 35 часов |  |  |  |