

Рабочая учебная программа
по основам
безопасности жизнедеятельности

7 класс

базовый уровень, основное общее образование

срок реализации программы – 1 год

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе федерального компонента Государственного стандарта основного общего образования и авторской программы «Основы безопасности жизнедеятельности», разработанной В.Н. Латчуком (руководитель), С.К. Мироновым, С.Н. Вангородским.

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. Большое 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.

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

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 последствия. 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 усвоения учебного предмета.

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

³⁵₁₇ основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;

³⁵₁₇ правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, природного характера;

уметь

³⁵₁₇ действовать при возникновении лесного пожара и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;

³⁵₁₇ соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;

³⁵₁₇ оказывать первую медицинскую помощь при переломах, кровотечениях;

³⁵₁₇ 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:

³⁵₁₇ обеспечения личной безопасности на природе;

³⁵₁₇ обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

1. *С. Н. Вангородский, М. И. Кузнецов, В. Н. Латчук, В. В. Марков.* Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс: учебник для общеобразовательных учреждений /— М.: Дрофа, 2008.
2. *Латчук В. Н., Марков В. В.* Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс: методическое пособие. — М.: Дрофа, 2007.
3. *Миронов С. К.* Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации по использованию учебников в учебном процессе, организованном в соответствии с новым образовательным стандартом. — М.: Дрофа, 2007.
4. В.Н. Латчук, В.В. Марков, М.П. Фролов «Основы безопасности жизнедеятельности» Дидактические материалы - М.: Дрофа, 2007.
5. Журнал «Основы безопасности жизни»
6. Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности»

ПРИЛОЖЕНИЕ

РАЗВЁРНУТОЕ КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование раздела программы	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки учащихся	Вид контроля	Средства обучения	Домашнее задание	Дата проведения			
											план	факт	
1	2	3	4	5	6	7	8		9	10	11	12	
	Раздел 1	Глава 1. Чрезвычайные ситуации природного характера.											
1	Опасные ситуации природного характера в чрезвычайных ситуациях	1	Комбинированный	Опасные природные явления и стихийные бедствия на территории России. Классификация	Знать возможные чрезвычайные ситуации природного характера, наиболее вероятные для	Фронтальный	учебник		Раздел 1 Глава 1				

					чрезвычайных ситуаций природного характера	района проживания.					
		Глава 2. Землетрясения.									
2		Происхождение землетрясений. Как оценивают землетрясения.	1	Комбинированный	Происхождение землетрясений. Сейсмические пояса. Причины землетрясений. Классификация землетрясений. Шкала Меркали. Магнитуд	Знать: причины возникновения землетрясений; сейсмически опасные районы России. Уметь оценивать землетрясения по степени разрушен	Фронтальный	Видеофильм	Раздел 1 П.2.1 П.2.2		

					а по Рихтеру.	ий.				
--	--	--	--	--	---------------	-----	--	--	--	--

3	Последствия землетрясений. Меры по уменьшению потерь от землетрясений.	1	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	учебник	Раздел1 П.2.3. П.2.4.	
---	---	---	---	---	-------------	---------	-----------------------------	--

4	Правила безопасного поведения при землетрясениях.	1	Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о землетрясении. Безопасные места для укрытия в здании. Правила безопасного поведения во время внезапного землетрясения.	<p>Знать: способы оповещения о землетрясении и правила безопасного поведения; основные мероприятия по защите населения от землетрясений</p> <p>Уметь: эвакуироваться из здания при землетрясении ; правильно вести себя, оказавшись в завале.</p>	Фронтальный	учебник	Раздел 1 П.2.5.	
---	---	---	--	---	-------------	---------	--------------------	--

Глава 3. Вулканы.									
5	Происхождение и виды вулканов. Последствия извержения вулканов.	1	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)	презентация	Раздел 1 П.3.1. П.3.2.		
6	Меры по уменьшению потерь от извержения вулканов.	1	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	Фронтальный	учебник	Раздел 1 П.3.3.		

				<p>мероприятий по защите от извержения вулканов.</p> <p>Уметь защищать органы дыхания в случае извержения вулкана.</p>				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

		Глава 4. Оползни, сели, обвалы.							
7	Оползни (селевые потоки).	Сели	1	<p>Классификация оползней (по масштабу; по месту образования; по мощности). Понятие сели.</p> <p>Классификация селей (по составу переносимого твердого материала; по мощности; по высоте истока).</p>	Знать основные причины образования оползней и селей.	Тест (10мин)	презентация	Раздел 1 П.4.1. П.4.2.	

8	Обвалы. Снежные лавины.	1	Понятие обвала. Классификация обвалов (по мощности, по масштабу). Понятие лавины. Причины возникновения снежных лавин.	Знать основные причины обвалов, снежных лавин.	индивидуальный	презентация	Раздел 1 П. 4.3. П. 4.4.	
---	-------------------------	---	---	--	----------------	-------------	--------------------------------	--

9	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.	1	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, оползня, лавины, обвала.	Знать: способы оповещения об угрозе оползней, селей, обвалов, снежных лавин; основные мероприятия по защите населения от оползней, селей,	фронтальный	учебник	Раздел 1. П. 4.5. П.4.6.	
---	--	---	--	---	-------------	---------	--------------------------------	--

				<p>обвалов, снежных лавин и их последствий.</p> <p>Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от оползней, селей, обвалов и снежных лавин.</p>				
	Глава 5. Ураганы, бури, смерчи.							
10	Происхождение и виды ураганов, бурь, смерчей.	1	Циклон. Шкала Бофорта. Области зарождения тропических циклонов. Ураган. Классификация ураганов. Буря. Классификация бурь. Классификация	Знать где зарождаются ураганы, как образуется смерч.	Тест (10мин)	презентация	Раздел 1. П.5.1.	

			смерчей					
--	--	--	---------	--	--	--	--	--

11	Последствия ураганов, бурь, смерчей.	1	Зарождение урагана. Опасность урагана. Последствия ураганов. Последствие бурь (снежных, пыльных). Разрушительная сила смерча.	Иметь представление о последствиях ураганов, бурь и смерчей.	Фронтальный	Видеофильм	Раздел 1. П. 5.2.	
12	Меры по уменьшению ущерба от ураганов, бурь, смерчей. Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей.	1	Меры по уменьшению ущерба от ураганов, бурь, смерчей. Оповещение населения об угрозе ураганов, бурь, смерчей. Правила поведения при заблаговременном оповещении об угрозе ураганов, бурь, смерчей.	Знать: способы оповещения об ураганах, бурях, смерчах; основные мероприятия по защите населения от ураганов, бурь, смерчей и их	Тест (10мин)	учебник	Раздел 1. П.5.3. П. 5.4.	

				<p>последствий.</p> <p>Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от ураганов, бурь, смерчей.</p>				
--	--	--	--	--	--	--	--	--

	Глава 6. Наводнения.							
13	<p>Происхождение и виды наводнений.</p> <p>Последствия наводнений.</p>	1	<p>Происхождение и виды наводнений.</p> <p>Причины возникновения наводнений.</p> <p>Классификация наводнений.</p> <p>Последствие наводнений (затопление, подтопление).</p>	<p>Знать способы оповещения о наводнениях.</p> <p>Иметь представление о последствиях наводнений.</p>	Тест (10мин)	Видеофильм	Раздел 1. П.6.1. П.6.2.	
14	Меры по уменьшению ущерба от	1	Меры по уменьшению ущерба от	Знать основные мероприятия	Фронтальный	учебник	Раздел 1 П. 6.3.	

	наводнений. Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений.		наводнений. Правила поведения при заблаговременном оповещении о наводнении. Правила поведения при внезапном наводнении.	по защите населения от наводнений и их последствий. Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от наводнений. Уметь подавать сигналы бедствия.			П. 6.4.	
	Глава 7. Цунами.							
15	Происхождение и классификация цунами. Последствия цунами.	1	Происхождение и классификация цунами. Последствия цунами.	Знать причины возникновения цунами. Иметь представление о последствиях цунами.	Тест (15мин)	видеофильм	Раздел 1. П. 7.1. П.7.2.	

16	Прогнозирование цунами и меры по уменьшению ущерба от них. Правила безопасного поведения при цунами.	1	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	учебник	Раздел 1. П. 7.3. П. 7.4.	
	Глава 8. Лесные и торфяные							
17	Происхождение и классификация лесных и торфяных пожаров Последствия лесных и торфяных пожаров.	1	Причины возникновения лесных пожаров. Классы лесных пожаров. Классификация лесных и торфяных пожаров. Последствия лесных	Знать причины лесных и торфяных пожаров. Иметь представление о	Тест (10мин)	видеофильм	Раздел 1. П. 8.1. П.8.2.	

			и торфяных пожаров.	последствиях лесных и торфяных пожаров. Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от лесных и торфяных пожаров.				
--	--	--	---------------------	--	--	--	--	--

18	Предупреждение лесных и торфяных пожаров. Правила безопасного поведения при нахождении в зоне лесного пожара и его тушении.	1	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	Фронтальный	учебник	Раздел 1 П.8.3. П.8.4.	
----	---	---	---	--	-------------	---------	------------------------------	--

				<p>лесных и торфяных пожаров и их последствий.</p> <p>Уметь выходить из зоны лесного пожара.</p> <p>Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от лесных и торфяных пожаров.</p>				
	Глава 9. Психологические основы выживания в ЧС.							
19	Человек и стихия. Характер и темперамент.	1	Человек и стихия. Характер и темперамент. Типы темперамента. Влияние темперамента на формирование	<p>Знать от чего зависит характер человека.</p> <p>Уметь</p>	Тест (10мин)	учебник	Раздел 1. П. 9.1. П. 9.2.	

			характера. Поведение человека в чрезвычайных ситуациях в зависимости от характера.	развивать черты характера, помогающие для выживания.				
--	--	--	---	--	--	--	--	--

20	Психологические особенности поведения человека во время и после стихийного бедствия.	1	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	учебник	Раздел 1. П. 9.3. П. 9.4.	
----	--	---	---	--	-------------	---------	---------------------------------	--

	Раздел 2.	Глава 1. Правила наложения повязок.							
21	Повязки. Основы характеристики медицинских знаний и правила оказания	Общая характеристика.	1	Характеристика перевязочного материала. Правила наложения повязок.	Знать: основные перевязочные материалы; знать общие правила наложения повязок.	Фронтальный	учебник	Раздел 2. П.1.1.	
22	первой помощи	Отработка практических навыков наложения повязок на руку.	1	Наложение повязки на кисть. Наложение повязки на локтевой сустав. Наложение повязки на плечевой сустав.	Знать правила наложения повязок на руку. Уметь накладывать повязку на кисть, локтевой сустав.	Тест (7мин)	бинты	Раздел 2. П.1.2.	
23	Отработка практических		1	Наложение повязки на коленный сустав. Наложение повязки	Знать правила наложения	Фронтальный	бинты	Раздел 2.	

	навыков наложения повязок на ногу.		на голеностопный сустав. Наложение повязки на область пятки.	повязок на ногу. Уметь накладывать повязку на коленный сустав, на область пятки, на голеностопный сустав.			П. 1.3.	
	Глава 2. Оказание помощи пострадавшим при переломах и их эвакуация.							
24	Правила оказания первой медицинской помощи при переломах.	1	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.	Тест (5мин)	учебник	Раздел2 П.2.1.	

				Уметь накладывать шины на поврежденные конечности.				
25	Отработка навыков наложения шин на конечности.	1	Правила оказания ПМП при переломах костей верхних конечностей. Правила оказания ПМП при переломах костей нижних конечностей.	Знать основные принципы транспортной иммобилизаци и, правила ПМП при переломах верхних и нижних конечностей. Уметь накладывать шины на поврежденные конечности.	Фронталь ный	Шины, бинты	Раздел2 П.2.1.	

26	Способы эвакуации пострадавших.	1	Способы безносилочной транспортировки (эвакуации) пострадавших.	Знать способы безносилочной транспортировки пострадавших в зависимости от места перелома. Уметь переносить пострадавшего на руках.	Фронтальный	учебник	Раздел2 П.2.2.		
	Раздел 3.	Глава 1. Режим учебы и отдыха подростка							
27	Основы здорового образа жизни. Необходимое условие здорового образа жизни	1	Режим – необходимое условие ЗОЖ. Навыки ЗОЖ.	Знать значение режима дня для формирования ЗОЖ. Уметь соблюдать режим дня.	Тест (10мин)	учебник	Раздел 3. П.1.1.		
28	Умственная и	1	Умственная и	Знать о	Фронталь	учебник	Раздел 3.		

	физическая работоспособность		физическая работоспособность. Умственное утомление и его последствие. Функции организма в различные промежутки времени.	функциях организма в различные промежутки времени. Уметь следить за работоспособностью организма.	ный		П. 1.2.	
--	------------------------------	--	---	---	-----	--	---------	--

29	Профилактика переутомления и содержание режима дня.	1	Составление режима дня с учетом традиции семьи. Бюджет времени. Периоды самоподготовки.	Знать о режиме труда и отдыха как необходимом условии жизни, обеспечивающ им укрепление и сохранение здоровья.	Фронтальный	учебник	Раздел3 П.1.3.	
----	---	---	---	--	-------------	---------	-------------------	--

Глава 2. Основы репродуктивного здоровья подростков.

30	Проблемы сексуальных отношений в подростковом возрасте.	1	Влюбленность и эротика. Проблемы сексуальных отношений в подростковом возрасте.	Иметь представление о взаимоотношении полов в подростково-м возрасте; о роли половых отношений в формировании репродуктивной функции девушек и юношей.	Тест (10мин)	учебник	Раздел 3. П. 2.1. П.2.2.	
31	Беременность и подросток.	1	Понятие беременности. Нежелательная беременность. Аборт и его последствия.	Иметь представление о нежелательной беременности, аборте и его последствиях; об опасности ранних половых	Фронтальный	учебник	Раздел 3 П.2.3.	

				связей.				
	Практические занятия							
32	Действия учащихся при возникновении ЧС	1	Гражданский противогаз. ПМП при переломах. Эвакуация во время пожара.	Уметь: Надевать противогаз; оказывать ПМП при переломах; действовать в случае воздушной тревоги.	Фронтальный	Противогаз, шина		

33	Изготовление носилок из подручных материалов	1	Изготовление носилок из подручных средств	Уметь сооружать носилки из подручных средств	Фронтальный	Ветки, жерди, верёвки		
34	Отработка действий эвакуации из	1	Правила эвакуации из здания.	Уметь выходить из зоны лесного	Фронтальный	План эвакуации		

	здания. Действия человека, оказавшегося в зоне лесного пожара.		Действия человека, оказавшегося в зоне лесного пожара.	пожара.				
35	Дидактическая игра «Победители стихий»	1	Стихийные бедствия. Наложение повязок. ПМП при переломах конечностей.	Знать стихийные бедствия, их причины и последствия. Уметь правильно эвакуироваться из здания, накладывать повязки, оказывать ПМП при переломах конечностей.		Бинты, шины		

