**1.Пояснительная записка.**

Рабочая программа по «Основам Безопасности жизнедеятельности» 7 класс.

Программа рассчитана на 35 часов(1 час в неделю). Она составлена на основе Закона Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.12 г. № 273 ( гл.1, ст. 2 п. 9, гл. 2, ст. 12 п.5, п.7 и ст.13, п.3);

- Приказа № 610 от 14.07. 2011 г.Минобразования РО «Об утверждении Примерного регионального положения о рабочей программе учебных курсов, предметов, дисциплин (модулей)»;

-Приказа № 296 от 25.04.2013 г. Минобразования РО « Об утверждении примерного учебного плана РО на 2015-2016 учебный год»;

- Приказа Минобрнауки России от 01.02.2012 №74 «О внесении изменений в федеральный базисный учебный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений РФ, реализующих программы общего образования, утвержденные приказом Министерства образования РФ от 09.03.2004 № 1312»;

-Базисного учебного плана общеобразовательных учреждений РФ, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 09.03.2004 года №1312;

-Учебного плана МБОУ СОШ №32имени «Молодой гвардии» на 2015 - 2016 учебный год;

-Федерального перечня учебников, утвержденных, рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих программы общего образования в 2015-2016 учебном году;

- Примерной программы по ОБЖ

-Годового календарного графика МБОУ СОШ №32имени «Молодой гвардии» на 2015- 2016 учебный год;

-Расписания уроков МБОУ СОШ №32 имени «Молодой гвардии» на 2015 - 2016 учебный год;

Для реализации программного содержания используется:

*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.

*Миронов 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 жизни»

Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности»

**2.Характеристика особенностей программы:**

Рабочая программа разработана на основе авторской программы «Основы безопасности жизнедеятельности», разработанной В.Н. Латчуком (руководитель), С.К. Мироновым, С.Н. Вангородским и 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 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. Большее 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.

**4.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)**

**4. Место предмета:** 35 часов за год, 1 час в неделю**.**

**5. Тематическое планирование**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название темы** | **Количество часов** |
| **Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях** | **20 ч** |
| **Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи** | **6 ч** |
| **Основы здорового образа жизни** | **5 ч** |
|  |  |
| **Закрепление практических навыков по пройденным темам** | **4ч** |
|  |  |
| **Итого** | **35 ч** |

**6.развёрнутое календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование  раздела программы | Тема урока | Кол-во ча-сов | Тип  урока | Элементы  содержания | Требования к уровню подготовки учащихся | Вид  контроля | Средства обучения | Домашнее задание | Дата проведен | |
| план | факт |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
|  | **Раздел 1.** Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях | **Глава 1.** Чрезвычайные ситуа­ции природного характера. | | | | | | | | | |
| 1 | Чрезвычайные ситуа­ции природного характера. | 1 | 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 | учебник | Раздел 1  Глава 1 |  |  |
|  | Глава 2. Землетрясения. | | | | | | | | | |
| 2 | Происхождение земле­трясений. Как оценивают землетря­сения. | 1 | Комбинированный | Происхождение землетрясений. Сейсмические пояса. Причины землетрясений. Классификация землетрясений. Шкала Меркали. Магнитуда по Рихтеру. | Знать: причины возникновения землетрясений; сейсмически опасные районы России.  Уметь оценивать землетрясения по степени разрушений. | Фронтальный | Видеофильм | Раздел 1  П.2.1  П.2.2 |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3 |  | Последствия землетрясе­ний. Меры по уменьшению по­терь от землетрясений. | 1 | 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 | учебник | Раздел1  П.2.3.  П.2.4. |  |  |
| 4 | Правила безопасного по­ведения при землетрясениях. | 1 | 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 | учебник | Раздел 1  П.2.5. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Глава 3. Вулканы. | | | | | | | | | |
| 5 | Происхождение и виды вулканов.  Последствия извержения вулканов. | 1 | 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) | презентация | Раздел1  П.3.1.  П.3.2. |  |  |
| 6 | Меры по уменьшению по­терь от извержения вулканов. | 1 | 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 | учебник | Раздел 1  П.3.3. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Глава 4. Оползни, сели, обва­лы. | | | | | | | | | |
| 7 | Оползни. Сели (селевые потоки). | 1 | Комбинированный | Классификация оползней (по масштабу; по месту образования; по мощности). Понятие сели. Классификация селей (по составу переносимого твердого материала; по мощности; по высоте истока). | Знать основные причины образования оползней и селей. | Тест (10мин) | презентация | Раздел1  П.4.1.  П.4.2. |  |  |
| 8 | Обвалы. Снежные лавины. | 1 | Комбинированный | Понятие обвала. Классификация обвалов (по мощно-сти, по масштабу). Понятие лавины. Причины возникнове-ния 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 | 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, оползня, лавины, обвала. | 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 выполнения мероприятий по защите от оползней, селей, обвалов и снежных лавин. | фронтальный | учебник | Раздел 1.  П. 4.5.  П.4.6. |  |  |
|  | Глава 5. Ураганы, бури, смер­чи. | | | | | | | | | |
| 10 | Происхождение и виды ураганов, бурь, смерчей. | 1 | 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) | презентация | Раздел 1.  П.5.1. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 11 |  | Последствия ураганов, бурь, смерчей. | 1 | Комбинированный | 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 | Комбинированный | 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 последствий.  Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от ураганов, бурь, смерчей. | Тест (10мин) | учебник | Раздел 1.  П.5.3.  П. 5.4. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Глава 6. Наводнения. | | | | | | | | | |
| 13 | Происхождение и виды наводнений.  Последствия наводнений. | 1 | Комбинированный | Происхождение и виды наводнений. Причины возникно-вения наводнений. Классификация наводнений. Последствие наводнений (затопление, подтопление). | Знать способы оповещения о наводнениях.  Иметь представление о последствиях наводнений. | Тест (10мин) | Видеофильм | Раздел 1.  П.6.1.  П.6.2. |  |  |
| 14 | Меры по уменьшению ущерба от наводнений. Правила безопасного по­ведения при угрозе и во время наводнений. | 1 | 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 | учебник | Раздел 1  П. 6.3.  П. 6.4. |  |  |
|  | Глава 7. Цунами. | | | | | | | | | |
| 15 | Происхождение и класси­фикация цунами. Последствия цунами. | 1 | Комбинированный | 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 | 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 | 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 | Комбинированный | Причины возникновения лесных пожаров. Классы лесных пожаров. Классификация лесных и торфяных пожаров. Последствия лесных и торфяных пожаров. | Знать причины лесных и торфяных пожаров.  Иметь представление о последствиях лесных и торфяных пожаров.  Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от лесных и торфяных пожаров. | Тест (10мин) | видеофильм | Раздел 1.  П. 8.1.  П.8.2. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 18 |  | Предупреждение лесных и торфяных пожаров. Правила безопасного по­ведения при нахождении в зо­не лесного пожара и его туше­нии. | 1 | 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 | учебник | Раздел 1 П.8.3.  П.8.4. |  |  |
|  | Глава 9. Психологические ос­новы выживания в ЧС. | | | | | | | | | |
| 19 | Человек и стихия. Характер и темперамент. | 1 | Комбинированный | Человек и стихия. Характер и темперамент. Типы темперамента. Влияние темперамента на формирование характера. Поведение человека в чрезвычайных ситуации в зависимос-ти от характера. | Знать от чего зависит характер человека.  Уметь развивать черты характера, помогающие для выживания. | Тест (10мин) | учебник | Раздел 1.  П. 9.1.  П. 9.2. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 20 |  | Психологические особен­ности поведения человека во время и после стихийного бедствия. | 1 | 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 справляется со своими чувствами и эмоциями. | Фронтальный | учебник | Раздел 1.  П. 9.3.  П. 9.4. |  |  |
|  | **Раздел 2.** Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи | Глава 1. Правила наложения повязок. | | | | | | | | | |
| 21 | Повязки. Общая характеристика. | 1 | Комбинированный | Характеристика перевязочного материала. Правила наложения повязок. | Знать: основные перевязочные материалы; знать общие правила наложения повязок. | Фронтальный | учебник | Раздел 2.  П.1.1. |  |  |
| 22 | Отработка практических навыков наложения повязок на руку. | 1 | Комбинированный | 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 | Раздел2.  П.1.2. |  |  |
| 23 | Отработка практических навыков наложения повязок на ногу. | 1 | 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 голеностоп-ный сустав. | Фронтальный | бинты | Раздел 2.  П. 1.3. |  |  |
|  |  | Глава 2. Оказание помощи пострадавшим при переломах и их эвакуация. | | | | | | | | | |
| 24 | Правила оказания первой медицинской помощи при переломах. | 1 | Комбинированный | Основные принци-пы 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) | учебник | Раздел2  П.2.1. |  |  |
| 25 | Отработка навыков наложения шин на конечности. | 1 | 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 конечности. | Фронтальный | Шины, бинты | Раздел2  П.2.1. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 26 |  | Способы эвакуации пострадавших. | 1 | Комбинированный | 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.** Основы здорового образа жизни | Глава 1. Режим учебы и отдыха подростка | | | | | | | | | |
| 27 | Режим - необходимое условие здорового образа жизни. | 1 | Комбинированный | 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 физическая  работоспособность. | 1 | 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 | учебник | Раздел 3.  П. 1.2. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 29 |  | Профилактика переутомления и содержание режима  дня. | 1 | Комбинированный | Составление режима дня с учетом традиции семьи.  Бюджет времени.  Периоды самоподготовки. | Знать о режиме труда и отдыха как необходимом условии жизни, обеспечивающим укрепление и сохранение здоровья. | Фронтальный | учебник | Раздел3  П.1.3. |  |  |
|  | Глава 2. Основы репродуктивного здоровья подростков. | | | | | | | | | |
| 30 | Проблемы сексуальных отношений в подростковом возрасте. | 1 | Комбинированный | Влюбленность и эротика. Проблемы сексуальных отношений в подростковом возрасте. | Иметь представление о взаимоотношении полов в подростко-вом 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 | Комбинированный | Понятие беременности. Нежелательная беременность. Аборт и его последствия. | Иметь представление о нежелательной беременности, аборте и его последствиях; об опасности ранних половых связей. | Фронтальный | учебник | Раздел 3  П.2.3. |  |  |
|  | **Практические занятия** | | | | | | | | | |
| 32 | Действия учащихся при возникновении ЧС | 1 | Комбинированный | 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 | Комбинированный | Изготовление носилок из подручных средств | Уметь сооружать носилки из подручных средств | Фронтальный | Ветки, жерди, верёвки |  |  |  |
| 34 | Отработка действий эвакуации из здания. Действия человека, оказавшегося в зоне лесного пожара. | 1 | Комбинированный | Правила эвакуации из здания.  Действия человека, оказавшегося в зоне лесного пожара. | Уметь выходить из зоны лесного пожара. | Фронтальный | План эвакуации |  |  |  |
| 35 | Дидактическая игра «Победители стихий» | 1 | Комбинированный | Стихийные бедствия. Наложение повязок. ПМП при переломах конечностей. | Знать стихийные бед-ствия, их причины и последствия.  Уметь правильно эва-куироваться из здания, накладывать повязки, оказывать ПМП при переломах конечностей. |  | Бинты, шины |  |  |  |

**7.Учебно-методический комплекс и материально-техническое обеспечение учебного процесса**

Вангородский С.Н., Кузнецов М И., Латчук В.Н., Основы безопасности жизнедеятельности. 7 кл.: учебник. — М.: Дрофа.

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

Латчук В. Н., Миронов С. К. Основы безопасности жизнедеятельности. класс: тетрадь для оценки качества знаний. — М.: Дрофа.

**Программы, методические и учебные пособия, дидактические материалы**

*Латчук В. Н., Миронов С. К., Вангородский С. Н.* Основы безопасности жизнедеятельности. 5—11 классы: программы. — М.: Дрофа.

*Евлахов В. М.* Основы безопасности жизнедеятельности. 5—11 классы: тематическое планирование. — М.: Дрофа.

*Фролов М. П.* Безопасное поведение на дорогах. 5—10 классы: программы дополнительного образования. — М.: Дрофа.

*Дурнев Р. А., Смирнов А. Т.* Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности школьников. 5—11 классы: методическое пособие — М.: Дрофа.

*Евлахов В. М.* Основы безопасности жизнедеятельности. Методика проведения занятий в общеобразовательном учреждении: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.

*Латчук В. Н., Миронов С. К.* Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.

*Михайлов А. А.* Игровые занятия в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности». 5—9 классы: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.

Справочные пособия

*Акимов В. А., Дурнее Р. А., Миронов С. К*. Защита от чрезвычайных ситуаций. 5—11 классы. — М.: Дрофа.

**Мультимедийные издания**

Основы безопасности жизнедеятельности. 5–9 классы: электронное пособие. — М.: Дрофа.

**8.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**

* 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.