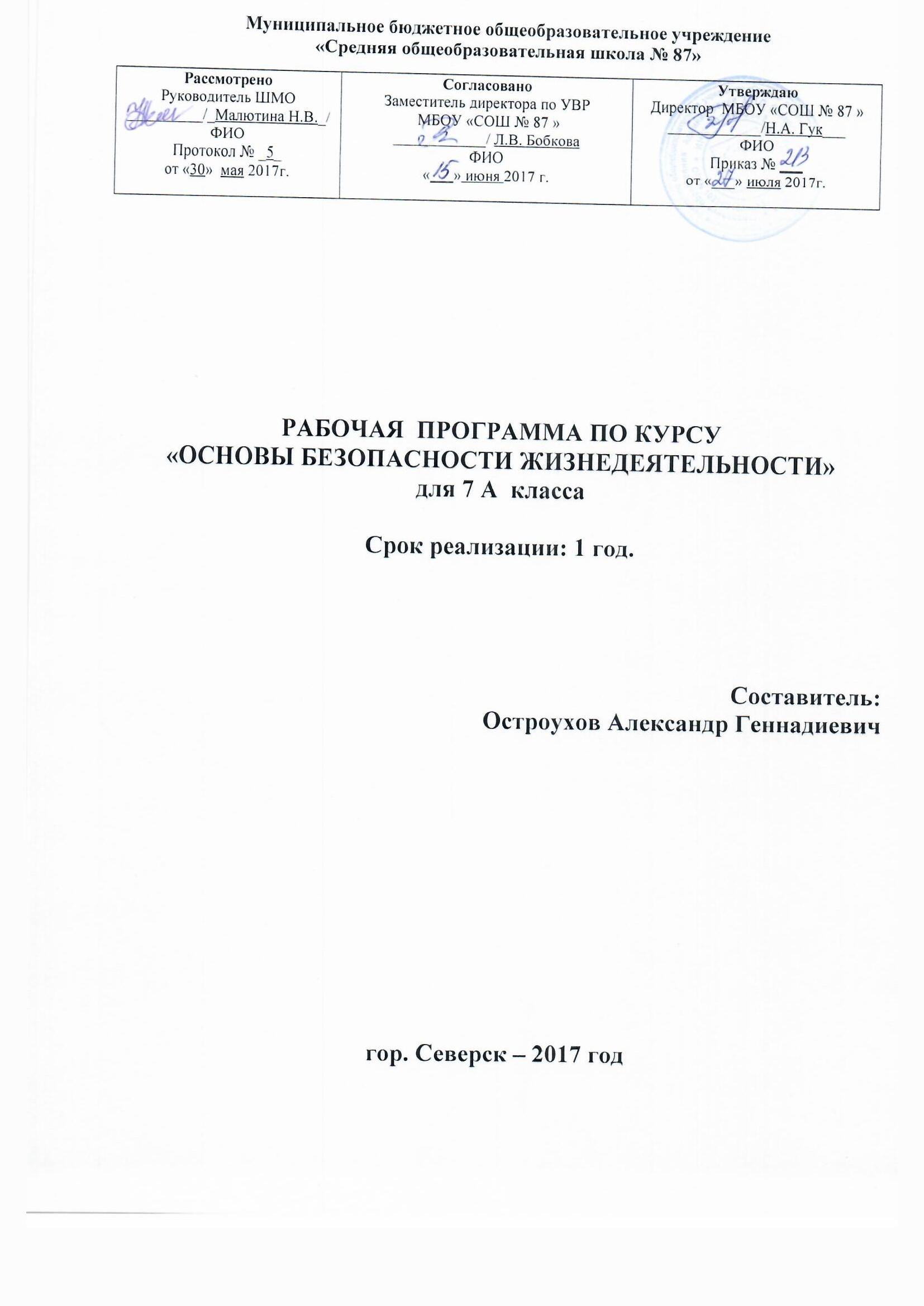
**1.Пояснительная записка**

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности разработана на базе федерального компонента государственного стандарта основного общего образования.

Настоящая программа определяет объем содержания образования по предмету, дает распределение учебных часов по учебным модулям, разделам и темам курса.

Основное общее образование — вторая ступень общего образования. Одной из важнейших задач этого этапа является подготовка обучающихся к осознанному и ответственному выбору жизненного и профессионального пути. Обучающиеся должны научиться самостоятельно ставить цели и определять пути их достижения, использовать приобретенный в школе опыт деятельности в реальной жизни, в том числе и за рамками учебного процесса.

**Цели**:

-формирование целостною представления о мире, основанного на приобретенных знаниях, умениях и способах деятельности;

-приобретение опыта разнообразной деятельности, опыта познания и самопознания;

-подготовка к осуществлению осознанного выбора индивидуальной образовательной или профессиональной траектории.

**2.Общая характеристика учебного предмета**

Курс предназначен для решения следующих задач:

-освоение учащимися знаний о здоровом и разумном образе жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;

-обучение школьников умению предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую помощь;

-развитие у обучаемых качеств личности, необходимых для ведения здорового и разумного образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

-воспитание у учащихся культуры безопасности жизнедеятельности, чувства ответственности за личную и общественную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;

-формирование у школьников антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Структурно в курсе 7-го класса представлены двумя разделами:

раздел 1 «Безопасность и защита человека в ЧС природного характера»;

раздел 2 «Основы медицинских знаний и здоровый образ жизни».

Для реализации содержания, учебных целей и задач предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в программе предусмотрено 17 часов (0,5 часа в неделю).

**3.Ценностные ориентиры изучения предмета**

В курсе ОБЖ предполагается понимание и принятие учащимся основных человеческих ценностей, которые осуществимы в случае его полной безопасности. Это:

1.Ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения ЗОЖ в единстве его составляющих: физическом, психическом и социально-нравственном здоровье.

2.Ценность труда и творчества как естественного условия человеческой деятельности и жизни.

3.Ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек

4.Ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства.

5.Ценность добра - направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявлении высшей человеческой способности – любви.

6.Ценность семьи – как первой и самой значимой для развития ребенка социальной и образовательной среды, обеспечивающей преемственность культурных традиций народов России от поколения к поколению и тем самым жизнеспособность российского общества.

7.Ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и другим людям.

8.Ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, в осознанном желании служить Отечеству.

9.Ценность человечества – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир, сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

**4.Планируемые результаты освоения программы ОБЖ**

Личностные результаты:

* усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
* формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
* формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию   
  и самообразованию,
* формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;
* формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
* освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;
* развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
* формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;
* формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех   
  ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;
* осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
* формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

1) регулятивные

* умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;
* умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
* умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
* умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;

2) познавательные

* овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;
* умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;

3) коммуникативные

* умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;
* освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях;
* умение работать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество   
  и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать   
  и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
* умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей   
  и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;
* формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;
* формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

Предметные результаты *:*

* формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
* формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;
* понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
* формирование установки на здоровый и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;
* формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
* понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
* знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций, включая экстремизм и терроризм, их последствий для личности, общества и государства;
* знание безопасного поведения в условиях опасных и ЧС, умение применять их на практике;
* умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
* умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
* умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

По окончанию 7 класса ученик научится:

* классифицировать и характеризовать причины и последствия ЧС природного характера;
* адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в ЧС природного характера;
* адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
* подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
* характеризовать причины и последствия опасных ситуаций;
* адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести себя;
* использовать средства и способы само- и взаимопомощи;
* предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций;
* адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать;
* использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
* оказывать первую помощь пострадавшему.

По окончанию обучения ученик получает возможность научиться:

* самостоятельно определять цели своего обучения и планировать пути их достижения, в том числе альтернативные в области безопасности жизнедеятельности для обеспечения личной безопасности в повседневной жизнедеятельности, в опасных и чрезвычайных ситуациях;
* самостоятельно ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, осознанно выбирать наиболее эффективные способы их решения в области безопасности жизнедеятельности для обеспечения личной безопасности в повседневной жизнедеятельности, в опасных и чрезвычайных ситуациях;
* самостоятельно соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
* самостоятельно оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
* безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
* классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций;
* адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести себя;
* анализировать последствия возможных опасных ситуаций;
* анализировать последствия возможных опасных ситуаций;
* безопасно использовать ресурсы интернета;
* выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
* анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
* владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
* оказывать первую помощь пострадавшему;
* организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками для достижения целей в ходе изучения основ безопасности жизнедеятельности;
* работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
* взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время моделирования возможных опасных и чрезвычайных ситуаций;
* слушать собеседника, понимать его точку зрения и признавать право другого человека на иное мнение при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
* осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
* передавать содержание прослушанного, прочитанного текста в сжатом или развернутом виде при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
* владеть устной и письменной речью, монологической и диалогической речью при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
* использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
* осуществлять самостоятельный поиск, отбор и анализ необходимой информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий для решения учебных и познавательных задач;
* самостоятельно развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности в области безопасности жизнедеятельности для обеспечения личной безопасности в повседневной жизнедеятельности, в опасных и чрезвычайных ситуациях;
* усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
* исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;
* творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

**5.Формы контроля знаний обучающихся**

Проверка знаний, умений позволяет обеспечить непрерывную обратную связь между педагогом и учеником, с тем, чтобы обеспечить постоянную коррекцию знаний и умений учащихся, а при необходимости и процесса обучения. В ходе контроля учащиеся систематизируют изученный материал, выявляют и устраняют пробелы в знаниях.

Контроль приучает учащихся к систематическому учебному труду, прививает им навыки самостоятельности, повышает чувство ответственности за выполненную работу, стимулирует формирование познавательного интереса.

В ходе реализации данной рабочей программы планируется применение текущей, контрольной и итоговой проверки, и оценки знаний.

|  |  |
| --- | --- |
| Виды проверки | Цель проверки |
| Текущая | Выявление качества знаний учащихся, как правило, в ходе урока |
| Контрольная | Выявление качества знаний учащихся, как правило, по окончании изучении темы, раздела |
| Итоговая | Выявляет объем и полноту знаний, умений, навыков учащихся  по завершении определенного периода обучения (четверть, год) |

Планируется использование следующих форм проверки знаний:

- вопросы для текущего контроля;

- тесты;

- проверочные работы;

- контрольные работы;

- решение ситуационных задач.

При выставлении оценки преподаватель должен учитывать:

- объем знаний ученика по теме, разделу, предмету;

- правильность и прочность овладения навыками и умениями;

- количество и характер ошибок;

- последовательность в изложении материала, самостоятельность, уверенность   
при анализе и выводах.

Знания и умения учащихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения по пятибалльной системе оценивания*.*

Критерии оценивания ответови работ учеников в курсе обучения ОБЖ

1.     Оценку «5» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает учащийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.

2.     Оценку «4» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат в общем соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4» получает учащийся, набравший 70 – 89% от максимально возможного количества баллов.

3.     Оценку «3» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает учащийся, набравший 50 - 69% от максимально возможного количества баллов.

4.     Оценку «2» получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает учащийся, набравший 49% и менее от максимально возможного количества баллов.

Важной обязанностью преподавателя ОБЖ является проверка практических навыков учащихся. На основании этих проверок преподаватель получает четкое представление об уровне навыков и умений ученика. Оценка практических навыков учащихся позволяет выявить учащихся, правильно выполняющих задания и тех, у кого возникли затруднения, чтобы организовать с ними дополнительные занятия. Во время практических занятий должна быть постоянная обратная связь ученика и преподавателя, который следит за работой и помогает им сосредоточить внимание на отработке практических навыков в рамках изучаемой темы.

Правила проверки практических навыков учащихся:

* Обучаемый должен продемонстрировать выполнение действия от начала до конца.
* Во время демонстрации важно убедиться в правильности выполнения задания.
* Если учащийся допускает серьезную ошибку, то нужно остановить его и указать на допущенную ошибку.
* Если допущенная ошибка несущественна, позвольте продолжить показ; ученик может исправить ее во время последующих действий.
* Если допущенная ошибка свидетельствует о полном непонимании того, как выполнять задание, поправьте и дайте ученику возможность еще раз почитать учебник и потренироваться.
* Если ошибка легко устранима, то попросите исправить и сразу проведите повторную проверку.

Результаты контроля и оценки знаний и умений учащихся являются важной составляющей для анализа организации и состояния учебного процесса. На основании этого анализа вносятся необходимые коррективы в систему обучения учащихся по ОБЖ.

**6.Содержание учебного предмета**

Раздел 1. «Безопасность и защита человека в ЧС природного характера» (13 часов)

Первым уроком предусмотрено проведение **вводного инструктажа** (до 10 мин.).

Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация. Понятие об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Опасные природные явления, характерные для нашей страны.

**Землетрясения.** Происхождение и классификация землетрясений. Понятие о землетрясении. Сейсмические пояса и сейсмически активные районы. Понятие об очаге и эпицентре землетрясения. Причины возникновения землетрясений и их последствия. Классификация землетрясений по происхождению. Отслеживание землетрясений с помощью сейсмографа.

Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь. Понятие о магнитуде и интенсивности землетрясений. Оценка землетрясений по шкале Рихтера и шкале Меркали. Типичные проявления землетрясений и уровень разрушений при различных величинах магнитуды и интенсивности. Типичные последствия землетрясений, их характеристика. Меры по снижению ущерба от землетрясений.

Правила безопасного поведения при землетрясениях. Основные причины несчастных случаев при землетрясениях. Меры по предотвращению повреждений или уменьшению их тяжести. Признаки приближающегося землетрясения. Действия при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время него и после: на улице, в школе, в доме (квартире). Правила безопасного поведения в случае попадания в завал.

**Вулканы.** Общее понятие о вулканах. Понятие о вулкане. Сейсмоактивные пояса. Процесс извержения вулкана. Строение вулкана. Понятие о магме, гейзере, фумароле. Различные состояния лавы при извержении. Палящие тучи.

Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов. Опасные явления, связанные с извержениями вулканов. Признаки приближающегося извержения. Способы уменьшения опасного воздействия лавовых потоков. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана и во время него.

**Оползни, сели, обвалы и снежные лавины.** Оползни. Из истории оползней. Понятие об оползне. Природные и антропогенные факторы, влияющие на образование оползней. Классификация оползней по масштабу, месту образования и мощности. Причины образования оползней.

Сели (селевые потоки). Из истории селей. Понятие о селе. Причины образования селей, их характерные особенности и места возникновения. Классификация селей по составу селеобразующих пород, мощности и высоте истоков. Теплая и холодная зона селеопасных горных районов на территории России.

Обвалы. Из истории обвалов. Понятие об обвале. Причины, вызывающие обвалы. Классификация обвалов по мощности и масштабу. Разновидности обвалов и их характеристика.

Снежные лавины. Из истории лавин. Понятие о лавине. Характерные особенности лавин, места и причины их возникновения. Помощь поисковых собак в обнаружении засыпанных снегом людей.

Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин.

Основные поражающие факторы оползней, селей, обвалов и лавин, наносимый ими ущерб. Меры по предупреждению этих явлений и снижению потерь от них. Правила безопасности для населения, проживающего в опасных районах.

Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала, лавины и во время него. Действия, способствующие безопасному выходу из зоны стихийного бедствия.

**Ураганы, бури, смерчи.** Происхождение ураганов, бурь и смерчей. Шкала Бофорта и измерение скорости воздушных масс. Происхождение ураганов, бурь, смерчей, причины их возникновения. Понятие о циклонах и их характеристика. Области зарождения тропических циклонов.

Классификация ураганов, бурь и смерчей. Понятие об урагане. Классификация ураганов по скорости ветра. Происхождение ураганов и причиняемые ими разрушения. Понятие о буре. Классификация бурь в зависимости от окраски и состава частиц и скорости ветра. Понятие о смерче. Классификация смерчей по происхождению, строению, времени действия и охвату пространства.

Последствия ураганов, бурь и смерчей и меры по уменьшению ущерба от них. Основные поражающие факторы ураганов, бурь и смерчей и наносимый ими ущерб. Меры по снижению потерь от ураганов, бурь, смерчей.

Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей. Действия при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча. Подходящие укрытия. Правила безопасного поведения во время урагана, бури, смерча и после них.

**Наводнения.** Виды наводнений. Классификация наводнений по масштабу, повторяемости и наносимому ущербу. Виды наводнений по причинам возникновения и их характеристика.

Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них. Основные поражающие факторы наводнений и наносимый ими ущерб. Радикальные средства защиты и оперативные предупредительные меры по снижению потерь от наводнений.

Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнении. Действия в случае внезапного наводнения и правила самоэвакуации. Правила безопасного поведения после наводнения. **Цунами.** Причины и классификация цунами. Понятие о цунами, классификация цунами по причинам возникновения и интенсивности. Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них. Основные поражающие факторы цунами и последствия их воздействия. Предупредительные меры по снижению потерь среди населения. Признаки приближения цунами. Меры по уменьшению ущерба от цунами.

Правила безопасного поведения при цунами. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами. Рекомендуемые и запрещенные действия в случае внезапного прихода цунами. Действия при попадании в волну цунами.

**Природные пожары.** Причины природных пожаров и их классификация. Понятие о лесном пожаре. Основные причины возникновения лесных пожаров. Классификация лесных пожаров по площади. Виды пожаров по характеру распространения и силе, их характеристика.

Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение. Основные поражающие факторы природных пожаров и последствия их воздействия. Способы тушения природных пожаров. Меры по предупреждению природных пожаров. Запрещенные действия в лесу в пожароопасный сезон.

Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожара и при его тушении. Правила безопасного поведения при нахождении в зоне лесного пожара или около нее. Правила безопасного тушения небольшого пожара в лесу.

**Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений.** Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии. Понятие об эпидемии, эпизоотии и эпифитотии. Инфекционные заболевания, приводящие к массовому поражению людей, животных и растений.

Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений. Понятие о вакцинации. Наиболее важные меры предупреждения инфекционных болезней. Общие правила личной гигиены. Меры по защите сельскохозяйственных растений от инфекционных заболеваний.

**Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера.** Человек и стихия. Свойства мышления, необходимые для оценки чрезвычайной ситуации. Повышение психологической подготовленности. Необходимые знания, позволяющие успешно противостоять стихийному бедствию.

Характер и темперамент. Понятие о темпераменте. Типы темперамента и их характеристика. Понятие о характере. Влияние темперамента и характера на действия в чрезвычайной ситуации.

Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии. Особенности психологических процессов во время стихийных бедствий. Негативное влияние внезапного стихийного бедствия на психику неподготовленного человека. Рекомендации по психологической подготовке к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природного характера.

Раздел 2. «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» (4 часа)

**Наложение повязок и помощь при переломах.** Правила наложения повязок. Разновидности повязок и их характеристика. Индивидуальный пакет первой помощи. Общие правила наложения повязок. Приемы наложения повязок на нижние и верхние конечности, грудь.

Первая помощь при переломах, переноска пострадавших. Понятие о переломе. Виды и характеристика переломов, первая помощь при травме кости. Способы наложения шин. Принципы и способы транспортировки пострадавших. Порядок применения способов транспортировки пострадавших в зависимости от места перелома.

**Основы здорового образа жизни.**

**Режим учебы и отдыха подростков.** Режим — необходимое условие здорового образа жизни. Понятие о режиме. Формирование навыков здорового образа жизни.

Умственная и физическая работоспособность. Утомление и переутомление, их причины, признаки и последствия для здоровья человека.

Профилактика переутомления и содержание режима дня. Понятия о режиме дня и бюджете времени. Влияние труда и отдыха нездоровье человека. Активный отдых, сон и рациональное питание. Трудовая деятельность школьников. Основные принципы и содержание режима дня подростков. Рекомендации по повышению эффективности самоподготовки.

**7.Тематическое планирование**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Примерные сроки | Содержание программы | Количество часов | Количество практических работ |
| 1-е полугодие | Безопасность и защита человека в ЧС природного характера | 13 | - |
| Основы медицинских знаний и здорового образа жизни | 4 | 3 |
| Итого | 17 | 3 |

**Календарно-тематическое планирование уроков ОБЖ**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № урока | Дата проведения урока | | Раздел. Тема урока | К-во часов |
| Дата | Коррек |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 |
| **Раздел 1. Безопасность и защита человека в ЧС природного характера . 13 часов.** | | | | |
| 1 | 4.09 |  | Вводный инструктаж. Чрезвычайные ситуации природного характера, классификация ЧС. | 1 |
| 2 | 11.09 |  | Землетрясения, происхождение, параметры измерения. | 1 |
| 3 | 18.09 |  | Последствия землетрясений. Правила безопасного поведения во время землетрясений. | 1 |
| 4 | 25.09 |  | Обвалы, оползни, сели причины возникновения и последствия. | 1 |
| 5 | 02.10 |  | Правила безопасного поведения во время обвалов, оползней и селей. | 1 |
| 6 | 09.10 |  | Ураганы, бури, смерчи – происхождение и оценка. | 1 |
| 7 | 16.10 |  | Правила безопасного поведения во время ураганов, бурь, смерчей. | 1 |
| 8 | 23.10 |  | Контрольная работа. | 1 |
| 9 | 13.11 |  | Наводнения, происхождение, виды, последствия. | 1 |
| 10 | 20.11 |  | Правила безопасного поведения во время наводнений. | 1 |
| 11 | 27.11 |  | Лесные и торфяные пожары, происхождение и классификация, последствия. | 1 |
| 12 | 04.12 |  | Правила безопасного поведения во время лесных и торфяных пожаров. | 1 |
| 13 | 11.12 |  | Психологические основы выживания в ЧС. | 1 |
| **11.Раздел 2. «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни». 4 часа.** | | | | |
| 14 | 18.12 |  | Основы медицинских знаний. Правила наложения повязок. | 1 |
| 15 | 18.12 |  | Оказание помощи пострадавшим при переломах и их эвакуация. | 1 |
| 16 | 25.12. |  | Контрольная работа. | 1 |
| 17 | 28.12 |  | Основы здорового образа жизни. | 1 |

**8.Учебно-методическое и материально техническое обеспечение курса**

Эффективность преподавания курса ОБЖ зависит от наличия соответствующего материально-технического оснащения. Это объясняется особенностями курса, в первую очередь его многопрофильностью и практической направленностью.

Преподаватель-организатор ОБЖ должен участвовать в постоянном дистанционном взаимодействии образовательного учреждения с другими организациями социальной сферы, в первую очередь с учреждениями обеспечения безопасности жизнедеятельности.

Преподавателю-организатору ОБЖ должна быть обеспечена информационная поддержка на основе современных информационных технологий в области библиотечных услуг (создание и ведение электронных каталогов и полнотекстовых баз данных, поиск документов по любому критерию, доступ к электронным учебным материалам и образовательным ресурсам Интернета).

Интерактивный электронный контент преподавателя-организатора ОБЖ должен включать содержание предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности», представленное текстовыми, аудио – и видеофайлами, графикой (картинки, фото, чертежи, элементы интерфейса).

Кабинет ОБЖ предназначен для проведения занятий с учащимися по курсу, самостоятельной подготовки школьников, а также проведение кружковой (факультативной) работы во внеурочное время. Он должен включать класс, в котором проводятся занятия по курсу и дисциплине, а также лабораторную комнату.

В классе размещаются средства оснащения, необходимые для доведения до учащихся общей информации по разделам и темам курса и дисциплины, научно-практическим достижениям в области безопасности жизнедеятельности, а также средства, используемые в процессе проведения текущих занятий.

**Средства оснащения ОБЖ.**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование | Единица измерения | Количество |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1. **Нормативно-правовые документы.** | | | |
| 1 | Конституция РФ | шт. | 1 |
| 2 | Закон «Об образовании» | шт. | 1 |
| 3 | Концепция противодействия терроризму в РФ. | шт | 1 |
| 4 | Постановление Правительства РФ от 30.12.2007 г. № 804 «О единой государственной предупреждения и ликвидации ЧС» | шт. | 1 |
| 5 | Стратегия национальной безопасности | шт. | 1 |
| 6 | Федеральный закон «О безопасности». | шт. | 1 |
| 7 | Федеральный закон «О безопасности дорожного движения» | шт. | 1 |
| 8 | ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС техногенного и природного характера» | шт. | 1 |
| 9 | Федеральный закон «О гражданской обороне» | шт. | 1 |
| 10 | Федеральный закон «О пожарной безопасности» | шт. | 1 |
| 11 | Федеральный закон «О противодействии терроризму» | шт. | 1 |
| 12 | ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности» | шт. | 1 |
| 13 | ФЗ «О аварийно-спасательных службах и статусе спасателей» | шт. | 1 |
| 14 | Правила дорожного движения РФ | шт. | 1 |
| 1. **Учебная литература.** | | | |
| 15 | Учебники по основам безопасности жизнедеятельности для 5-11 классов | шт. | По кол-ву учащихся |
| 1. **Учебные и учебно-наглядные пособия.** | | | |
| 16 | Набор плакатов или электронные издания | компл | 10 |
| 17 | Средства индивидуальной защиты: |  |  |
|  | - Общевойсковой противогаз | шт. | 30 |
|  | - Общевойсковой защитный комплект | шт. | 4 |
|  | - Респиратор | шт. | 10 |
| 18 | Приборы: | шт. | 1 |
|  | ВПХР | шт. | 1 |
|  | ДП-5А | шт. | 1 |
|  | ДП-22 | шт. | 1 |
| 19 | Телевизор | шт. | 1 |
| 20 | DVDплеер | шт. | 1 |
| 21 | Компас | шт. | 1 |
| 22 | Визирная линейка | шт. | 1 |
| 23 | Компьютер | шт. | 1 |
| 24 | Проектор | шт. | 1 |
| 1. **Медицинское имущество.** | | | |
| 25 | Индивидуальные средства медицинской защиты; |  |  |
|  | - Аптечка АИ | шт. | 1 |
|  | - Пакеты перевязочные ППИ | шт. | 1 |
|  | - Пакеты противохимические индивидуальные ИПП-8 | шт. | 1 |
| 26 | Сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой и доврачебной помощи: |  |  |
|  | - сумка СМС | шт. | 1 |
| 27 | Перевязочные средства и шовные материалы, лейкопластари: |  |  |
|  | - бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 7м х 14см | шт. | 3 |
|  | - бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 5м х 10см | шт. | 3 |
|  | - вата медицинская компрессная | кг. | 0,1 |
|  | - косынка медицинская (перевязочная) | шт. | 3 |
|  | - повязка медицинская большая стерильная | шт | 3 |
|  | - повязка медицинская малая стерильная | шт. | 3 |
| 28 | Медицинские предметы расходные: |  |  |
|  | - булавка безопасная | шт. | 3 |
|  | - шина проволочная (лестничная) для ног | шт. | 1 |
|  | - шина проволочная (лестничная) для рук | шт. | 1 |
|  | - шина фанерная длиной 1 м. | шт. | 1 |
| 29 | Тренажер сердечно-легочной и мозговой реанимации «МАКСИМ 11-01» | шт. | 1 |

**Учебно-методический комплект по ОБЖ, реализующий учебную программу**

1.Кто покушается на твои права и свободы: пособие для учащихся. – М.: Просвещение, 2010.

2.Когда не один противостоишь злу…: пособие для учащихся. – М.: Просвещение, 2010.

3.Сальникова И.В. «Свой?» - «Чужой?» А стоит ли делить?: пособие для учащихся / И.В.Сальникова. – М.: Просвещение, 2010.

4.Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» 7 класс. В.В. Поляков, В.В. Марков, В.Н. Латчук. Изд. – ООО «Дрофа», 2016г.

5.Терроризм – ты под прицелом: пособие для учащихся. – М.: Просвещение, 2011.

**Литература. Нормативно-правовые документы РФ**

Конституция РФ (последняя редакция).

Семейный кодекс РФ (последняя редакция).

Стратегия национальной безопасности РФ до 2020 г. (утверждена Указом Президента РФ от 12.05.2009 г. № 237).

Уголовный кодекс РФ (последняя редакция).

**Основная и дополнительная литература**

Аварийно-химически-опасные вещества.-М.,2000.

Знай и умей: Учебное пособие по ГО и ЧС.-М.,1991.

Защита населения в ЧС.-М.,2000.

Мероприятия по предупреждению и ликвидации ЧС. Защитные сооружения.- М.,2000

Мошкин В.Н. Как уберечься от преступника.-Барнаул, 1995.

Михайлов Л.А., Копылов Н.Д. Основы безопасности жизнедеятельности

человека: Пособие для учителя для 7-9 классов.-М., 1998.

Новейшие средства защиты органов дыхания и кожи.-М.,2000.

Нарицын Н. Азбука психологической безопасности.-М.,2000.

Основные положения права войны.-МККК., 2000.

Основы РСЧС. Эвакуационные мероприятия.-М., 2000.

Помощь пострадавшим. Защитные меры.-М., 2000.

Первая помощь в экстремальных ситуациях.-М., 2000.

Правила безопасности для взрослых и детей.-М., 2000.

Программные и методические материалы по курсу ОБЖ.-М., 2008.

Программно-методические материалы ОБЖ, 1-11 классы.-М., 2008.

Русак О.Н. Предупреждение и ликвидация ЧС.-М., 1998.

Радиоактивные загрязнения.-М., 2000.

Состояние преступности в России.-М., 1998.

Современная война и гражданская оборона.-М., 2000.

Стихийные бедствия, аварии, катастрофы: Правила поведения.-М., 2000.

Топоров И.К. Методика преподавания курса ОБЖ, 1-9 классы.-М., 1999.

Топоров И.К. ОБЖ - учебное пособие.-М., 1992.

ЧС - краткая характеристика и классификация.-М., 2000.

Чеурин Г.С. Самоспасение без снаряжения.-М., 2000.