

**Рабочая программа
учебного курса по
Основам безопасности жизнедеятельности
для 7 класса**

Учитель: Саидмуратова Алмагуль Раймбековна

2013-2014 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая учебная программа «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 7 класса представляет собой часть образовательной области ОБЖ и предназначена для учащихся основной школы.

Изучение тематики данной программы направлено на достижение следующих **целей**:

- воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде, к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности, к безопасности личности, общества и государства;
- развитие личностных и духовных качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного, социального и военного характера; развитие потребности соблюдать нормы здорового образа жизни; подготовку к выполнению требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;
- освоение знаний; об опасных и чрезвычайных ситуациях, о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуациях; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- овладения умениями: предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным

признакам их появления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и разрабатывать план своих действий в конкретной опасной ситуации с учетом реальной обстановки и своих возможностей.

Рабочая программа является **типовой**, определяющей базовое содержание курса (федеральный и региональный компонент общеобразовательных программ) и предназначена для общеобразовательного учреждения.

Выбор данной программы основан на специфике Тамбовского региона, которая предусматривает обязательное многократное практическое закрепление ЗУН по всем темам и разделам.

Для реализации программы ее изучение необходимо предусмотреть по 1 часу в неделю.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначен для воспитания личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества.

Структурно программа курса ОБЖ состоит из четырех содержательных линий: обеспечение личной безопасности в повседневной жизни; чрезвычайные ситуации техногенного характера и безопасность населения; основы медицинских знаний и здорового образа жизни; дорожно-транспортная безопасность.

В программе **реализованы** требования Федеральных законов ["О гражданской обороне"](#), ["О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера"](#) и Постановлений Правительства Российской Федерации от 16.01.95 N 43 "О Федеральной целевой программе "Создание и развитие Российской системы предупреждения и действий в чрезвычайных ситуациях", от 24.07.95 N 738 "О порядке подготовки населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций"; Федеральная целевая программа «Повышение безопасности дорожного движения в 2006-2012 годах».

Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» для 7 класса под редакцией М.П. Фролова, Е.Н. Литвинова, А.Т. Смирнова и др. издательство М., АСТ:Истрель, 2008. Данный учебник соответствует учебной программе. Ярко иллюстрирован, имеет хорошую нормативную базу и практические задания на моделирование различных ситуаций.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

7 КЛАСС

Программа рассчитана на 35 часа (1 час в неделю в течение года)

№	Название темы/раздела	содержание	Кол-во часов
1	Оказание первой медицинской помощи	Виды переломов. Первая медицинская помощь при переломах. Способы эвакуации. Повязки, общая характеристика; наложение повязок на конечности. Виды ран; обработка ран. Способы остановки кровотечения.	8 час.
2	Основы здорового образа жизни	Влияние вредных привычек на здоровье, уклад жизни человека и его работоспособность. Охрана репродуктивного здоровья подростков.	9 час.
3	Основы безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях	Происхождения и последствия землетрясений, наводнений, лесных и торфяных пожаров; ураганы, бури, смерчи; оползни, сели, обвалы, снежные лавины; цунами. Индивидуальные и коллективные средства защиты. Назначение и устройство убежища.	18 час.
4	Основы безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях	Основы безопасности поведения в толпе. Терроризм и безопасность человека.	2 час.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ УРОКОВ ОБЖ VII КЛАСС

№ урок а	План -дата	План - факт	Тема	Содержание материала	Количество часов			Информационные технологии
					Все го	прак т	конт р	
Безопасность и защита человека в среде обитания – 22 часа								
Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях – 22 часа								
1.			Вводный урок. Инструктаж по ТБ. Противопожарная безопасность. Правила поведения во время террористического акта.		1			
Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера – 19 часов								
2.			Опасные и чрезвычайные ситуации	Понятие об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера.	1			Видеокассета 5: Противопожарная безопасность
3.			Землетрясение	Понятие о землетрясении, характеристика и происхождение землетрясений, причины их возникновения и последствие.	1			
4.			Правила безопасного	Меры по снижению потерь от зем- летрясений. Правила безопасного	1			

			поведения	поведения во время и после землетрясения.				
5.			Извержение вулкана	Понятие об извержении вулкана, характеристика извержений. Причины извержения вулканов и их последствия. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана, во время и после извержения.	1			
6.			Оползни, сели, обвалы	Понятие об оползнях, селях, обвалах, лавинах, их характеристика. Происхождение оползней, селей, обвалов, лавин, причины их возникновения и последствия.	1			
7.			Правила безопасного поведения	Меры по снижению, потерь от оползней, селей, обвалов и лавин. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала, лавины. Правила безопасного поведения во время и после схода селя, оползня, обвала, лавины, а также безопасного выхода из зоны стихийного бедствия.	1		1	
8.			Ураганы, бури,	Понятие об урагане, буре, смерче и их	1			

			смерчи	характеристика. Происхождение ураганов, бурь, смерчей, причины их возникновения.				
9.			Правила безопасного поведения	Меры по снижению потерь от ураганов, бурь, смерчей. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча. Правила безопасного поведения во время и после урагана, бури, смерча.	1			
Итого 1 четверть					9	-	1	
10.			Наводнение	Понятие о наводнении, характеристика наводнений.	1			
11.			Происхождение и причины	Происхождение наводнений, причины их возникновения и последствия.	1			
12.			Меры по снижению потерь от наводнений.	Меры по снижению потерь от наводнений.	1		1	
13.			Правила безопасного поведения	Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнении, во время и после наводнения. Изготовление и использование самодельных подручных плавательных средств для эвакуации во время наводнения.	1			

14.			Цунами	Понятие о цунами, характеристика цунами.	1			
15.			Происхождение и причины	Происхождение цунами, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от цунами	1			
16.			Правила безопасного поведения	Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами, во время прихода и после цунами.	1			
17.			Природные пожары	Природные пожары (лесные, торфяные) и их характеристика.	1			
Итого 2 четверть					8	-	1	
18.			Происхождение и причины	Происхождение природных пожаров, причины их возникновения и последствия.	1			
19.			Предупреждение	Меры по снижению потерь от природных пожаров. Предупреждение природных пожаров.	1			
20.			Правила безопасного поведения	Правила безопасного поведения при возникновении природных пожаров. Правила безопасного поведения в зоне лесных пожаров и тушение пожара в лесу.	1		1	
Социально криминальные ситуации и безопасность человека (2ч)								
21.			Основные закономерности	Особенности поведения в местах большого скопления людей	1			

			поведения толпы	Правила поведения в толпе.				
22.			Терроризм и безопасность человека	Виды террористических актов. Действие населения при угрозе теракта	1			
Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (9 ч)								
<i>Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях – 9 часов</i>								
23.			Повязки и перевязки	Разновидности повязок и их характеристика	1			
24.			Наложение повязок на конечности	Приемы наложения повязок на нижние и верхние конечности	1	1		
25.			Наложение повязок на голову	Приемы наложения повязок на голову	1	1		
26.			Наложение повязок на грудь	Приемы наложения повязок на грудь	1	1		
27.			Наложение повязок на область живота	Приемы наложения повязок на область живота.	1	1	1	
				Итого 3 четверть	10	4	1	
28.			Переломы	Понятие о переломе. Виды и характеристика переломов.	1	1		
29.			Правила оказания первой медицинской помощи при переломах.	Способы наложения шин.	1	1		
30.			Наложение шин	Способы наложения шин.	1	1		
31.			Транспортировка пострадавших	Порядок применения способов транспортировки пострадавших в зависимости от места перелома.	1	1		

Основы здорового образа жизни (4 ч)

Факторы, укрепляющие здоровье человека (4 ч)

32.			Режим труда и отдыха	Режим труда и отдыха — необходимое условие здорового образа жизни, обеспечивающее сохранение и укрепление здоровья. Умственная и физическая работоспособность.	1			
33.			Утомление и переутомление Составляющие режима дня	Составляющие режима дня и их характеристика. Влияние труда и отдыха на здоровье человека.	1			
34.			Элементы режима труда и отдыха	Элементы режима труда и отдыха. Трудовая деятельность школьников. Активный отдых. Сон и рациональное питание. Основные принципы и содержание режима дня подростков. Как повысить эффективность самоподготовки.	1			
35.			Отдых школьника в летнее время Правила поведения в летних лагерях .	Виды организации летнего отдыха школьников. Техника безопасности в летний период времени. Правила поведения на водоемах. Годовое тестирование	1		1	
Итого 4 четверть					9	3	1	
Итого за год					35	8	4	