**Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» (далее – ОБЖ) для 7 класса (далее – Рабочая программа) составлена на основе авторской образовательной программы под общей редакцией А.Т. Смирнова (программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-9 классов общеобразовательных учреждений, авторы А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников, М.В. Маслов //Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. 1-11 классы /под общей редакцией А.Т. Смирнова. - М.: Просвещение, 2008.).

Цели и задачи программы обучения:

1. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни (ЗОЖ).
2. Воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью.
3. Развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в ЧС; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении ЗОЖ.
4. Овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в ЧС; оказывать ПМП пострадавшим.

Для реализации Рабочей программы используется учебно-методический комплект, включающий: учебник для 7 класса (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под ред. Смирнова А.Т. «Основы безопасности жизнедеятельности».Издательство «Просвещение», 2011г.), включённый в федеральный перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки Российской Федерации к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях, на 2010/2011 учебный год (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23 декабря 2009 г. №822)

Программа рассчитана на 35 часов.

В авторскую программу изменений внесено не было. Содержание программы направлено на освоение учащимися знаний, умений и навыков на базовом уровне, что соответствует Образовательной программе учреждения. Она включает все темы, предусмотренные федеральным и региональным компонентом государственного образовательного стандарта основного общего образования по ОБЖ и авторской программой учебного курса.

Формы занятий, используемые при обучении ОБЖ следующие:

-учебные и учебно-тренировочные занятия с элементами моделирования опасных и экстремальных ситуаций; -семинары и круглые столы; -индивидуальные консультации;

- внеклассная и внешкольная работа (участие в Всероссийской олимпиаде по ОБЖ, мероприятиях и соревнованиях в рамках детско-юношеского движения «Школа безопасности» и «Безопасное колесо», проведение Дня защиты детей, различные эстафеты и викторины по ОБЖ, встречи с ветеранами войны и труда, работниками военкоматов и правоохранительных органов, органов ГОЧС, ГИБДД, медицины; тематические выставки и выставки творческих работ учащихся и др.

Преобладающей формой текущего контроля выступает письменный (самостоятельные работы) и устный опрос (собеседование).

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.

**Требования к уровню подготовки учащихся**

Результаты изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» приведены в разделе «Требования к уровню подготовки». Требования направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

Рубрика «Знать/понимать» включает требования к учебному материалу, который усваивается и воспроизводится обучающимися об основах здорового образа жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях, об оказании первой медицинской помощи.

Рубрика «Уметь» включает требования, основанные на более сложных видах деятельности, в том числе творческой: анализировать и оценивать, действовать, использовать, соблюдать и т.д.

В рубрике «Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни» представлены требования, нацеленные на обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

**По окончании 7 класса обучающийся должен:**

**Знать/понимать:**

• основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;  
вредные привычки и их профилактику;

• правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и  
техногенного характера;

• способы безопасного поведения в природной среде: правила безопасного поведения до и время опасных природных явлений; меры безопасного поведения на водоёмах в различное время года.

**Уметь:**

* действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
* соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;

• оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах,  
кровотечениях;

• пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;

• вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;

• действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!»,  
комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания  
в случае эвакуации населения.

**Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

* обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
* соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в общественном транспорте;
* пользования бытовыми приборами и инструментами;
* проявления бдительности и поведения при угрозе террористического акта;
* обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Наименование разделов и тем | Часы учебного времени | Плановые сроки прохождения | Примечание |
| **I** | **Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях** | **3** |  |  |
| *1* | *Общие понятия об опасных и чрезвычайных си­туациях природного характера* | **3** |  |  |
| 1.1 | Различные природные явления и причины их возникновения | 1 |  |  |
| 1.2 | Общая характеристика природных явлений | 1 |  |  |
| 1.3 | Опасные и чрезвычайные ситуации. Общие по­нятия и определения | 1 |  |  |
| **II** | **Чрезвычайные ситуации природного характера** | **20** |  |  |
| *2* | *Чрезвычайные ситуации геологического проис­хождения* | *6* |  |  |
| 2.1 | Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия | 1 |  |  |
| 2.2 | Защита населения от последствий землетрясе­ний | 1 |  |  |
| 2.3 | Правила безопасного поведения населения при землетрясении | 1 |  |  |
| 2.4 | Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле | 1 |  |  |
| 2.5 | Последствия извержения вулканов. Защита на­селения | 1 |  |  |
| 2.6 | Оползни, их последствия, защита населения | 1 |  |  |
| *3* | *Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения* | *3* |  |  |
| 3.1 | Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия | 1 |  |  |
| 3.2 | Защита населения от последствий ураганов и бурь | 1 |  |  |
| 3.3 | Смерчи | 1 |  |  |
| *4* | *Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения* | *7* |  |  |
| 4.1 | Наводнения. Виды наводнений и их причины | 1 |  |  |
| 4.2 | Защита населения от последствий наводнений | 1 |  |  |
| 4.3 | Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнений | 1 |  |  |
| 4.4 | Сели и их последствия | 1 |  |  |
| 4.5 | Защита населения от последствий селевых по­токов | 1 |  |  |
| 4.6 | Цунами и их характеристика | 1 |  |  |
| 4.7 | Защита населения от цунами | 1 |  |  |
| *5* | *Чрезвычайные ситуации биологического происхождения* | *4* |  |  |
| 5.1 | Лесные и торфяные пожары и их характеристика | 1 |  |  |
| 5.2 | Профилактика лесных и торфяных пожаров, за­щита населения | 1 |  |  |
| 5.3 | Эпидемии | 1 |  |  |
| 5.4 | Эпизоотии и эпифитотии | 1 |  |  |
| **III** | **Основы медицинских знаний и здорового об­раза жизни** | **12** |  |  |
| *6* | *Здоровый образ жизни и его значение для гар­моничного развития человека* | *7* |  |  |
| 6.1 | Психологическая уравновешенность | 1 |  |  |
| 6.2 | Стресс и его влияние на человека | 1 |  |  |
| 6.3 | Анатомо- физиологические особенности челове­ка в подростковом возрасте | 1 |  |  |
| 6.4 | Формирование личности подростка при его взаимоотношении со взрослыми | 1 |  |  |
| 6.5 | Формирование личности подростка при взаи­моотношении со сверстниками | 1 |  |  |
| 6.6 | Формирование взаимоотношений со сверстни­ками противоположного пола | 1 |  |  |
| 6.7 | Взаимоотношения подростка и общества. От­ветственность несовершеннолетних | 1 |  |  |
| *7* | *Первая медицинская помощь и правила ее ока­зания* | *5* |  |  |
| 7.1 | Общие правила оказания первой медицинской помощи | 1 |  |  |
| 7.2 | Оказание первой медицинской помощи при на­ружном кровотечении | 1 |  |  |
| 7.3 | Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах | 1 |  |  |
| 7.4 | Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах | 1 |  |  |
| 7.5 | Общие правила транспортировки пострадавшего | 1 |  |  |

**Содержание программы учебного предмета ОБЖ**

**Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях**

**1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера**

Различные природные явления и причины их возникновения.

Оболочка Земли: литосфера, атмосфера, гидросфера и биосфера. Географическая оболочка Земли. Круговорот веществ и энергии в гео­графической оболочке. Общая характеристика природных явлений. Природные явления геологического, метеорологического, гидрологи­ческого, биологического и космического происхождения, их характе­ристика, возникновение опасности для жизнедеятельности человека.

Опасные и чрезвычайные ситуации. Общие понятия и опреде­ления.

Опасная ситуация, стихийное бедствие, чрезвычайная ситуация, общие понятия и определения.

Чрезвычайные ситуации природного характера.

**Раздел II. Чрезвычайные ситуации природного характера**

**2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения**

Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия.

Геологические процессы, происходящие в литосфере Земли, в ре­зультате которых возникают землетрясения.

Очаг, магнитуда эпицентр, интенсивность землетрясения. Опре­деление интенсивности землетрясения, возможные последствия зем­летрясения. Основные районы на территории России, где вероятностьземлетрясений велика. .

Защита населения от последствий землетрясений.

Комплекс мероприятий, проводимых по защите населения от по­следствий землетрясений в рамках задач, решаемых РСЧС. Прогно­зирование землетрясений. Определение наиболее сейсмоопасных районов на территории страны. Разработка способов повышения устойчивости зданий и сооружений, а также защиты от воздействия сейсмических волн. Организация оповещения населения. Обучение населения правилам безопасного поведения в сейсмоопасных райо­нах. Организация аварийно-спасательных работ.

Правила безопасного поведения населения при землетрясении.

Общие меры безопасности для населения, проживающего в сей­смоопасных районах. Правила поведения во время землетрясения в различных ситуациях: если землетрясение застало вас дома, на улице, в школе и др.

Правила безопасного поведения после землетрясения.

Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле.

Вулканы, места их образования, причины извержения вулканов. Типы вулканов: действующие, дремлющие и потухшие вулканы.

Предвестники извержения вулканов.Последствия извержения вулканов.

Образование лавовых потоков, вулканических грязевых потоков, выпадение твердых вулканических продуктов, образование палящей вулканической тучи, выделение вулканических газов.

Организация защиты населения от последствий извержения вул­канов.

Оползни, причины их возникновения. Классификация оползней по занимаемой ими площади.

Последствия оползней. Организация защиты населения от послед­ствий оползней.

Рекомендации населению по действиям при угрозе возникнове­ния оползня.

Обвалы и снежные лавины, их причины и последствия. Органи­зация защиты населения от последствий обвалов и снежных лавин. Общие рекомендации населению по действиям при угрозе обвалов и схода снежных лавин.

**3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхож­дения**

Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные послед­ствия. Циклоны, их строение, скорость перемещения; циклоны — причина возникновения ураганов и бурь.

Последствия ураганов и бурь. Характеристика разрушительной силы ураганов и бурь. Шкала Бофорта, определяющая силу ветра. Воздействие ветра на окружающую среду.

Мероприятия, проводимые в рамках задач, решаемых РСЧС, по защите населения от последствий ураганов и бурь.

Организация непрерывного наблюдения за состоянием атмосфе­ры. Прогноз возникновения циклонов, их перемещения и возможные последствия. Осуществление заблаговременных и оперативных меро­приятий. Организация оповещения населения об угрозе ураганов и бурь. Рекомендации населению по правилам поведения при получе­нии штормового предупреждения о приближении урагана (бури).

Смерч, основные понятия и определения. Характеристика смер­ча, разрушительная сила смерча и его возможные последствия. Реко­мендации населению по действиям при угрозе и во время смерча.

**4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения**

Наводнения, виды наводнений и их причины.

Природные явления гидрологического происхождения, вызываю­щие наводнения.

Наводнения, связанные со стоком воды во время половодья. На­воднения, формируемые за счет паводка. Наводнения, вызываемые заторами и зажорами в руслах рек. Наводнения, связанные с ветро­выми нагонами воды.

Возможные последствия наводнений.

Основные мероприятия, проводимые по защите населения от по­следствий наводнений. Прогнозирование наводнений, строительство защитных сооружений, оповещение населения, организация эвакуа­ции и спасательных работ, подготовка населения к действиям при угрозе и во время наводнения.

Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время на­воднения.

Сели и их характеристика, причины возникновения селей. Защи­та населения от селевых потоков. Рекомендации населению, прожи­вающему в селеопасных районах.

Цунами. Общая характеристика цунами, причины их возникнове­ния, возможные последствия. Организация защиты населения от по­следствий цунами. Подготовка населения к безопасному поведению при угрозе возникновения цунами, во время цунами и после него.

**5. Чрезвычайные ситуации биологического происхождения**

Лесные и торфяные пожары, виды пожаров, классификация лес­ных пожаров. Последствия лесных и торфяных пожаров для населения и окружающей среды.

Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения от лесных пожаров.

Общие рекомендации по безопасному поведению при нахожде­нии вблизи очага пожара в лесу.

Инфекционные болезни человека, причины их возникновения. Классификация инфекционных болезней по способу передачи ин­фекции от больного человека кздоровому.

Эпидемия, ее характеристика, опасность для населения. Эпиде­мический процесс и факторы, его определяющие.

Противоэпидемические мероприятия и защита населения.

Характеристика некоторых наиболее распространенных инфекци­онных заболеваний и их профилактика.

Комплекс мероприятий, проводимых для защиты населения от массовых инфекционных заболеваний. Правила личной гигиены для профилактики инфекционных заболеваний.

Инфекционные болезни животных и растений. Причина их воз­никновения, краткая характеристика.

Противоэпизоотические и противоэпифитотические мероприятия.

**Раздел III. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

**6. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека**

Психологическая уравновешенность, ее значение в формировании системы здорового образа жизни и обеспечения личной безопасности. Качества, необходимые для повышения уровня психологической урав­новешенности. Психологическая уравновешенность и умение завести друзей.

Общие понятия и определение стресса. Стресс и стадии развития общего адаптационного синдрома. Влияние стресса на состояние здо­ровья человека. Содержание общих принципов борьбы со стрессом.

Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.

Особенности развития организма человека в подростковом возра­сте. Физическое развитие, индивидуальные особенности внешнего облика человека. Различия в развитии мальчиков и девочек. Соблю­дение правил личной гигиены в подростковом возрасте.

Особенности психического развития человека в подростковом возрасте.

Перестройка, происходящая в центральной нервной системе под­ростка, и формирование личности человека. Формирование основ­ных качеств взрослого человека.

Формирование личности подростка при его взаимоотношениях со взрослыми.

Значение правильного общения со взрослыми, особенно с роди­телями, для социального развития человека в подростковом возрасте. Конфликтные ситуации, которые могут возникнуть при общении подростка с родителями, и основные способы их разрешения. Уме­ние слушать собеседника.

Формирование личности подростка при его взаимоотношениях со сверстниками. Рост потребности общения со сверстниками, пути до­стижения признания среди сверстников. Возможные конфликтные ситуации при общении со сверстниками, основные пути их разреше­ния. Личные качества, обеспечивающие более тесное общение со сверстниками.

Формирование взаимоотношений со сверстниками противопо­ложного пола.

Факторы, определяющие развитие взаимоотношений со сверст­никами противоположного пола. Формирование социально значи­мых качеств для установления правильного взаимоотношения со сверстниками противоположного пола. Духовная и социальная зре­лость и ее значение в определении стиля своего поведения с лицами противоположного пола.

Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несо­вершеннолетних.

Значение правового воспитания для социального развития подрост­ка. Правонарушения, совершаемые подростками, и их основные при­чины. Уголовная ответственность несовершеннолетних, предусмотрен­ная Уголовным кодексом Российской Федерации (УК РФ, 1997г.).

**7. Первая медицинская помощь и правила ее оказания (практические занятия)**

Общие понятия и определения первой медицинской помощи, доврачебной помощи, первой врачебной помощи. Общий порядок действий при оказании первой медицинской помощи. Когда необходимо вызывать «скорую помощь».

Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотече­нии.

Первая медицинская помощь при незначительных ранах.

Первая медицинская помощь при сильном кровотечении.

Оказание первой медицинской помощи при артериальном крово­течении.

Оказание первой медицинской помощи при венозном кровотече­нии.

Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах.

Транспортировка пострадавшего.

**Формы и средства контроля**

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

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 45 - 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 20 - 44% от максимально возможного количества баллов.

**Перечень учебно-методических средств обучения**

**Основная литература**

Учебник 7 класса (Смирнов А.Т. Хренников Б.О. под ред. Смирнова А.Т. «Основы безопасности жизнедеятельности».Издательство «Просвещение», 2011 г.).

**Дополнительная литература**

* + УМК под редакцией А.Т. Смирнова дополняют методические и справочные издания издательства «Просвещение»:
* Смирнов А.Т., Хренников Б.О. и др. Основы безопасности жизнедеятельности. Справочник для учащихся. 5-11 кл.
* Смирнов А.Т., Маслов М.В., Мишин Б.И. Итоговая аттестация. Основы безопасности жизнедеятельности. Сборник заданий для проведения экзамена в 9 кл. (ко всем учебникам ОБЖ). Пособие для учителя.
* Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы. Поурочные разработки. Пособие для учителей и методистов.

В 2008 году издательство выпустило в свет учебно-методический комплект «Безопасность дорожного движения» для основной школы (под общей редакцией Смирнова А.Т.), который дополняет учебно-методический комплект «Основы безопасности жизнедеятельности». УМК «Безопасность дорожного движения включает:

* Рыбин А.Л., Маслов М.В. Под ред. Смирнова А.Т. Обучение правилам дорожного движения. Методическое пособие. 5-9 кл.
* Рыбин А.Л., Маслов М.В. Под.ред. Смирнова А.Т. Дорожное движение. Безопасность пешеходов, пассажиров, водителей. 5-9 классы. Пособие для учащихся общеобразовательных учреждений.
* Рыбин А.Л., Хренников Б.О., Маслов М.В. Безопасность дорожного движения. 5-9 классы. Учебно-наглядное пособие для учащихся. В 2 частях. Часть первая. (12 плакатов). Часть вторая. (12 плакатов).
* Настольная книга учителя основ безопасности жизнедеятельности/Сост. Б.И. Мишин. -

М.: ООО «Издательство АСТ»: ООО «Издательство Астрель», 2003.

* Игровые занятия в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности». А.А. Михайлов. 5 -

9 кл. - М.: Дрофа, 2009

* Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека. 5 - 11 кл.:

учебно-методическое пособие/ В.Н. Латчук, С.К. Миронов. - М.: Дрофа, 2004

* Основы безопасности жизнедеятельности. Защита от чрезвычайных ситуаций: энциклопедический справочник. 5 - 11 классы/ В.А. Акимов, Р.А. Дурнев, С.К. Миронов.-

М.: Дрофа, 2008.-285

* Соловьев С.С. Основы безопасности жизнедеятельности. Алкоголь, табак и наркотики -

главные враги здоровья человека. 5-11 кл.: учебно-методическое пособие / С.С. Соловьев.

* 2-е изд., стереотип. - М.: Дрофа, 2006.
* Справочник классного руководителя: внеклассная работа в школе по изучению Правил дорожного движения / авт.-сост. В.Е. Амелина. - М.: Глобус, 2006.

**Мультимедийные пособия**

1. СD-ROM: электронная книга - «Здоровье» (психологические тесты). - М.: Издательский дом «Равновесие», 2004

2. СD-ROM: библиотека электронных наглядных пособий ОБЖ - 5 - 11 классы.  
Минобразование РФ. РЦЭМГО «Кирилл и Мефодий», 2003

3. DVD-ROM: мультимедиа - обучение - «БЖД. СПОРТ. ВОЕННОЕ ДЕЛО». М.: ООО

«ИДДК ГРУПП», «Мультимедиа- издательство «Адепт», 2004

4. Тесты по основам безопасности жизнедеятельности. 5-9 класс. Электронное издание дляобучения детей в диалоговом режиме. - М.: МЧС России, ООО «Кирилл и Мефодий», 2005

**Оборудование и приборы**

1. Телевизор с универсальной подставкой
2. DVD проигрыватель
3. Мультимедийный компьютер
4. Интерактивная доска
5. Аптечка индивидуальная (АИ-2)
6. Аптечка медицинская
7. Шины для оказания ПМП
8. Компьютерный стол
9. Шкаф (ящик) для хранения карт и таблиц