

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики
Свердловской области
УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ АРТИНСКОГО
ГОРОДСКОГО ОКРУГА
МАОУ "Манчажская СОШ"

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО



Азинбаева Н.Г.
Протокол №1 от 30.08.2023

СОГЛАСОВАНО

Зам.директора по УВР



Другова С.А.

УТВЕРЖЕНО

И.о. директора



Лыткин Н.В.
Приказ № 08-О/Д
31.08.2023



Рабочая программа
«Основы безопасности жизнедеятельности»
на 2023-2024 учебный год
7 класс

Составитель: Кардашин Сергей Иванович
Учитель ОБЖ
первая квалификационная категория

2023 г.

Содержание учебного курса

Раздел 1. Безопасность человека в опасных и чрезвычайных ситуациях

Тема 1. Чрезвычайные ситуации природного характера и защита от них

Опасные природные явления. Последствия воздействия опасных природных явлений на человека и среду его обитания. Меры по снижению воздействия опасных природных явлений на человека.

Правила безопасного поведения при угрозе стихийных бедствий.

Тема 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения

Землетрясение. Причины возникновения и возможные последствия. Правила безопасного поведения населения при землетрясении. Расположение вулканов на Земле, извержения вулканов

Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения

Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия. Смерчи.

Тема 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения

Наводнения. Виды наводнений и их причины. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения. Сели и их характеристика. Цунами и их характеристики. Снежные лавины.

Тема 5. Правила безопасного поведения на природе

Вынужденная автономность человека в природе. Факторы, влияющие на выживание человека в условиях автономного существования в природе. Стрессоры выживания. Борьба со стрессорами (жара, холод, голод, жажда, боль, одиночество, страх).

Раздел 2. Основы здорового образа жизни и культура здоровья

Тема 1. Основы экологической культуры

Анализ экологических особенностей Уральского региона. Факторы, влияющие на жизнедеятельность человека. Промышленные и бытовые отходы. Экологически чистые продукты питания и товары повседневного спроса.

Источники получения информации об экологической безопасности товаров повседневного потребления.

Зависимость здоровья и деятельности человека от экологического состояния окружающей природы. Духовно-нравственные аспекты проблем сохранения жизни и культуры, окружающей природы Уральского региона.

Тема 2. Здоровый образ жизни и его составляющие. Навыки здорового образа жизни

Культура и здоровье. Психическое и физическое здоровье. Способы сохранения и укрепления здоровья. Профилактика переутомления. Стресс и его воздействие на человека. Способы выхода из стрессовой ситуации. Способы прогнозирования и предотвращения стрессовых ситуаций. Информационная безопасность человека.

Роль искусства в формировании культуры безопасности жизнедеятельности.

Здоровье человека как основа здоровья нации, государства.

Тема 3. Роль социальной среды в развитии подростка

Взаимоотношения в социуме. Социальные группы, их особенности. Особенности взаимоотношений подростков и взрослых. Взаимоотношения со сверстниками. Взаимодействие в школьном коллективе. Права, обязанности и ответственность субъектов образовательной деятельности. Подходы к анализу взаимодействия в подростковой среде. Противодействие алкоголизму и наркозависимости как условие сохранения здоровья личности, общества, нации, государства.

Раздел 3. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи

Тема 1. Виды травм

Первая медицинская помощь при травмах. Электротравмы. Причины их возникновения, профилактика. Первая медицинская помощь при поражении электрическим током и молнией. Способы транспортировки пострадавших.

Практические занятия

Занятие 1. Респираторы (виды, устройство, назначение, защитные свойства). Правила пользования.

Занятие 2. Узлы, их применение. Туристические системы.

Планируемые результаты освоения

Предметно-информационная составляющая образованности:

знать специфику экологической ситуации в регионе, основные методы осуществления природоохранной деятельности;

- иметь обоснованное представление о возможностях собственного здоровья, способах его сохранения;
- знать основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- знать причины возникновения и масштабы различных видов опасности;
- знать правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, с учетом специфики Свердловской области;
- знать негативные последствия различных видов зависимостей для психофизического и эмоционального здоровья, способы противодействия различным видам зависимостей;
- иметь представление о нормах поведения в социальных ситуациях, создающих угрозу жизни;

Деятельностно-коммуникативная составляющая образованности:

- уметь использовать нормы, правила поведения, навыки защиты, позволяющие минимизировать возможный ущерб личности, обществу, среде в опасных и чрезвычайных ситуациях, прогнозировать последствия нарушения норм;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
- оказывать первую медицинскую помощь при электротравмах;
- участвовать в экологических акциях двора, школы, микрорайона, города;
- адекватно вести себя в криминогенных ситуациях;
- владеть основными способами разрешения конфликтных ситуаций.

Использовать полученные знания умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- анализа ситуаций, связанных с угрозой жизнедеятельности;
- обеспечения жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного, социального характера, создающих угрозу жизнедеятельности;
- проявления бдительности, безопасного поведения при социальном конфликте.

Ценностно-ориентационная составляющая образованности:

- уверенность в возможности развития и саморазвития;
- принятие норм и правил, которые обеспечивают успешное регулирование собственного сознания и поведения;
- ценность собственного психофизического и социального здоровья;
- умелое самоопределение во взаимоотношениях с другими людьми, осознание ответственности за свои действия.

Учебно-тематическое планирование

7 класс

| № | Наименование раздела темы занятий | Кол-во часов |
|---|--|--------------|
| Дорожная безопасность | | 4 |
| 1. | Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения | 1 |
| 2. | Пешеход. Безопасность пешехода | 1 |
| 3. | Безопасность велосипедиста | 1 |
| 4. | Пожарная безопасность | 1 |
| Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера | | 2 |
| 5. | Различные природные явления. Общая характеристика природных явлений | 1 |
| 6. | Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера | 1 |
| Чрезвычайные ситуации геологического происхождения | | 4 |
| 7. | Землетрясение. Причины возникновения и возможные последствия. Защита населения от возможных последствий | 1 |
| 8. | Правила безопасного поведения населения при землетрясении. Расположение вулканов на Земле, извержения вулканов | 1 |
| 9. | Последствия извержения вулканов. Защита населения | 1 |
| 10. | Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения | 1 |
| Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения | | 2 |
| 11. | Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия | 1 |
| 12. | Защита населения от последствий ураганов и бурь. Смерчи | 1 |
| Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения | | 7 |
| 13. | Наводнения. Виды наводнений и их причины | 1 |
| 14. | Защита населения от последствий наводнений. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения | 1 |
| 15. | Сели и их характеристика | 1 |
| 16. | Защита населения от последствий селевых потоков | 1 |
| 17. | Цунами и их характеристика | 1 |
| 18. | Защита населения от цунами | 1 |
| 19. | Снежные лавины | 1 |
| Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения | | 4 |
| 20. | Лесные и торфяные пожары и их характеристика | 1 |
| 21. | Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения | 1 |
| 22. | Инфекционная заболеваемость людей и защита населения | 1 |
| 23. | Эпизоотии и эпифитотии | 1 |
| Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму | | 2 |
| 24. | Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность | 1 |
| 25. | Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения | 1 |
| Основа здорового образа жизни | | 4 |
| 26. | Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека | 1 |
| 27. | Психологическая уравновешенность | 1 |

| | | |
|---|--|-----------|
| 28. | Стресс и его влияние на человека | 1 |
| 29. | Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте | 1 |
| Основы медицинских знаний и оказание первой помощи | | 5 |
| 30. | Первая помощь при неотложных состояниях | 1 |
| 31. | Общие правила оказания первой помощи | 1 |
| 32. | Оказание первой помощи при наружном кровотечении | 1 |
| 33. | Оказание первой помощи при ушибах и переломах | 1 |
| 34. | Общие правила транспортировки пострадавшего | 1 |
| Итого: | | 34 |

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 634721627414093995837494482188458045512377282781

Владелец Озорнина Наталья Ивановна

Действителен с 23.06.2023 по 22.06.2024