

**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
лицей № 445 Курортного района Санкт-Петербурга**

ПРИНЯТО
педагогическим советом
Протокол № 1 от 30.08.2017 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУ лицея № 445
И.Н.Усачева
Приказ № 67 от 01.09.2017 г.

**Рабочая программа по внеурочной деятельности
«Основы безопасности жизнедеятельности»
7 класс**

Учитель: Шмырева А.Н.
первая категория

Срок реализации программы 2017 / 2018 учебный год

Пояснительная записка.

Рабочая программа разработана в соответствии с нормативными документами:
Федеральным законом от 29.12.2012 ФЗ №273 «Об образовании в Российской Федерации»,
Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 12.12.2010 №1897 «Об утверждении федерального государственного основного общего образования»,
Приказом Минобрнауки России от 30.08.2013 №1015 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам начального общего, основного общего, и среднего общего образования»,
Образовательной программой Основного Общего Образования 5 –7 классов ГБОУ лицея № 445 Курортного района Санкт-Петербурга
Учебным планом ГБОУ лицея № 445 на 2017–2018 учебный год

Рабочая программа по «Основам Безопасности жизнедеятельности» 7 класс.

Программа рассчитана на 34 часов(1 час в неделю).

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, 2016.

Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс: методическое пособие. — М.: Дрофа, 2012.

Миронов С. К. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации по использованию учебников в учебном процессе, организованном в соответствии с новым образовательным стандартом. — М.: Дрофа, 2012.

В.Н. Латчук, В.В. Марков, М.П. Фролов «Основы безопасности жизнедеятельности» Дидактические материалы - М.: Дрофа, 2012.

Журнал «Основы безопасности жизни»

Журнал «Основы безопасности жизнедеятельности»

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. Больше 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.

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)

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.

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 2017/2018 УЧЕБНЫЙ ГОД

№ п/п	Тема урока	Кол- во ча- сов	Тип/форма урока	Планируемые результаты обучения		Вид и форма ко нтроля	Примечание	Дата
				Освоение предметны х знаний	УУД			
Глава 1. Чрезвычайные ситуации природного характера.								
1	ТБ на уроках ОБЖ. Чрезвычайные ситуации природного характера. Классификация.	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		
Глава 2. Землетрясения.								
2	Происхождение землетрясений.	1	Комбинированный Происхождение	Знать: причины возникновения		Фронтальный		

	Как оценивают землетрясения.		землетрясений. Сейсмические пояса. Причины землетрясений. Классификация землетрясений. Шкала Меркалли. Магнитуда по Рихтеру Видеофильм	землетрясений; сейсмически опасные районы России. Уметь оценивать землетрясения по степени разрушений.			
--	------------------------------	--	--	--	--	--	--

3	Последствия землетрясений. Меры по уменьшению потерь от землетрясений.	1	комбинированный Последствия землетрясений. Меры по уменьшению потерь от землетрясений. учебник	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		
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	Знать: способы оповещения о землетрясении и правила безопасного поведения; основные мероприятия по защите населения от	Фронтальный		

			время внезапного землетрясения. учебник	землетрясений. Уметь: эвакуироваться из здания при землетрясении; правильно вести себя, оказавшись в завале.			
--	--	--	--	---	--	--	--

	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. презентация	Знать, что собой представляет «палящая туча» и чем она опасна для человека. Иметь представление о последствиях извержения вулканов.	Тест (15мин)		
6	Меры по уменьшению потерь от извержения вулканов.	1	Комбинированный учебник	Знать основные мероприятия по защите населения от извержения вулканов. Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от извержения вулканов. Уметь защищать органы дыхания в случае	Фронтальный		

				извержения вулкана.			
--	--	--	--	---------------------	--	--	--

	Глава 4. Оползни, сели, обвалы.						
7	<p>Оползни. Сели (селевые потоки).</p> <p>Обвалы. Снежные лавины.</p> <p>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.</p>	1	<p>Комбинированный Знать основные причины образования оползней и селей.</p> <p>презентация</p>	<p>Знать: способы оповещения об угрозе оползней, селей, обвалов, снежных лавин; основные мероприятия по защите населения от оползней, селей, обвалов, снежных лавин и их последствий.</p> <p>Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от оползней, селей, обвалов и снежных лавин.</p>	Тест (10мин)		

	Глава 5. Ураганы, бури, смерчи.						
8	Происхождение и виды ураганов, бурь, смерчей. Последствия ураганов, бурь, смерчей.	1	Комбинированный Циклон. Шкала Бофорта. Области зарождения тропических циклонов. Ураган. Классификация ураганов. Буря. Классификация бурь. Классификация смерчей. Зарождение урагана. Опасность урагана. Последствия ураганов. Последствие бурь (снежных, пыльных). Разрушительная сила смерча. Презентация видеофильм	Знать где зарождаются ураганы, как образуется смерч.	Тест (10мин)		
9	Меры по уменьшению ущерба от ураганов, бурь, смерчей. Правила безопасного поведения	1	Комбинированный Меры по уменьшению ущерба от ураганов, бурь, смерчей. Оповещение населения об угрозе ураганов, бурь, смерчей. Правила поведения при заблаговременном оповещении об угрозе	Знать: способы оповещения об ураганах, бурях, смерчах; основные мероприятия по защите населения от ураганов, бурь, смерчей и их последствий. Владеть навыками	Тест (10мин)		

	при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей.		ураганов, бурь, смерчей. учебник	выполнения мероприятий по защите от ураганов, бурь, смерчей.			
--	---	--	-------------------------------------	--	--	--	--

	Глава 6. Наводнения.						
10	Происхождение и виды наводнений. Последствия наводнений.	1	Комбинированный Происхождение и виды наводнений. Причины возникно-вения наводнений. Классификация наводнений. Последствие наводнений (затопление, подтопление). Видеофильм	Знать способы оповещения о наводнениях. Иметь представление о последствиях наводнений.	Тест (10мин)		
11	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. учебник	Знать основные мероприятия по защите населения от наводнений и их последствий. Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от наводнений. Уметь подавать сигналы бедствия.	Фронтальный		
	Глава 7. Цунами.						

12	Происхождение и классификация цунами. Последствия цунами.	1	Комбинированный Происхождение и классификация цунами. Последствия цунами. видеофильм	Знать причины возникновения цунами. Иметь представление о последствиях цунами.	Тест (15мин)		
13	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. учебник	Знать способы оповещения о приближении цунами. Владеть навыками по защите населения от цунами. Уметь прогнозировать цунами по поведению животных.	Фронтальный		
Глава 8. Лесные и торфяные							
14	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. Предупреждение лесных и	Знать причины лесных и торфяных пожаров. Иметь представление о последствиях лесных и торфяных пожаров. Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от лесных и	Тест (10мин)		

	Предупреждение лесных и торфяных пожаров. Правила безопасного поведения при нахождении в зоне лесного пожара и его тушении.		торфяных пожаров. В пожароопасный сезон в лесу запрещается. Правила безопасного поведения при нахождении в зоне лесного пожара и его тушении. видеофильм	торфяных пожаров. 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.			
--	---	--	---	--	--	--	--

	Глава 9. Психологические основы выживания в ЧС.						
15	Психологические основы выживания в ЧС. 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 зависимости от характера.	Знать от чего зависит характер человека. Уметь развивать черты характера, помогающие для выживания.	Тест (10мин)		

			учебник				
--	--	--	---------	--	--	--	--

16	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. учебник	Иметь представление об особенностях психологических процессов человека до, во время и после стихийных бедствий. Уметь справляется со своими чувствами и эмоциями.	Фронтальный		
Глава 1. Правила наложения повязок.							
17	Повязки. Общая характеристика.	1	Комбинированный Характеристика перевязочного материала. Правила наложения повязок учебник	Знать: основные перевязочные материалы; знать общие правила наложения повязок.	Фронтальный		
18	Отработка практических навыков наложения повязок на руку.	1	Комбинированный Наложение повязки на кисть. Наложение повязки на локтевой сустав. Наложение повязки на плечевой сустав бинты	Знать правила наложения повязок на руку. Уметь накладывать повязку на кисть, локтевой сустав.	Тест (7мин)		

19	Отработка практических навыков наложения повязок на ногу.	1	Комбинированный Наложение повязки на коленный сустав. Наложение повязки на голеностопный сустав. Наложение повязки на область пятки. бинты	Знать правила наложения повязок на ногу. Уметь накладывать повязку на коленный сустав, на область пятки, на голеностопный сустав.	Фронтальный		
Глава 2. Оказание помощи пострадавшим при переломах и их эвакуация.							
20	Правила оказания первой медицинской помощи при переломах.	1	Комбинированный Основные принципы транспортной иммобилизации. Общие правила оказания ПМП при переломах. Правила оказания ПМП при переломах костей верхних конечностей. Правила оказания ПМП при переломах костей нижних конечностей. учебник	Знать основные принципы транспортной иммобилизации, правила ПМП при переломах верхних и нижних конечностей. Уметь накладывать шины на поврежденные конечности.	Тест (5мин)		
21	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.	Фронтальный		

	Способы эвакуации пострадавших.		Способы безносилочной транспортировки (эвакуации) пострадавших. учебник	Уметь накладывать шины на поврежденные конечности. Знать способы безносилочной транспортировки пострадавших в зависимости от места перелома. Уметь переносить пострадавшего на руках.				
22-27	Модуль «дорожная безопасность»	6 часов	комбинированный Знание Правил Дорожного Движения.					

	Глава 1. Режим учебы и отдыха подростка						
28	<p>Режим - необходимое условие здорового образа жизни.</p> <p>Умственная и физическая работоспособность.</p>	1	<p>Комбинированный Режим – необходимое условие ЗОЖ.</p> <p>Навыки ЗОЖ</p> <p>Умственная и физическая работоспособность.</p> <p>Умственное утомление и его последствие. Функции организма в различные промежутки времени.</p> <p>учебник</p>	<p>Знать значение режима дня для формирования ЗОЖ.</p> <p>Уметь соблюдать режим дня.</p> <p>Знать о функциях организма в различные промежутки времени.</p> <p>Уметь следить за работоспособностью организма.</p>	Тест (10мин)		
29	<p>Профилактика переутомления и содержание режима дня.</p>	1	<p>Комбинированный</p> <p>Составление режима дня с учетом традиции семьи.</p> <p>Бюджет времени.</p> <p>Периоды самоподготовки.</p> <p>учебник</p>	<p>Знать о режиме труда и отдыха как необходимом условии жизни, обеспечивающим укрепление и сохранение здоровья.</p>	Фронтальный		

	Глава 2. Основы репродуктивного здоровья подростков.						
30	Проблемы сексуальных отношений в подростковом возрасте. Беременность и подросток.	2	Комбинированный Влюбленность и эротика. Проблемы сексуальных отношений в подростковом возрасте. Понятие беременности. Нежелательная беременность. Аборт и его последствия . учебник	Иметь представление о взаимоотношении полов в подростково-вом возрасте; о роли половых отношений в формировании репродуктивной функции девушек и юношей. Иметь представление о нежелательной беременности, аборте и его последствиях; об опасности ранних половых связей.	Тест (10мин)		
Практические занятия							
31	Действия учащихся при возникновении ЧС	1	Комбинированный Гражданский противогаз. ПМП при переломах. Эвакуация во время пожара . Противогаз, шина	Уметь: Надевать противогаз; оказывать ПМП при переломах; действовать в случае воздушной тревоги.	Фронтальный		
32	Изготовление носилок из подручных	1	Комбинированный Изготовление носилок из подручных средств	Уметь сооружать носилки из подручных средств	Фронтальный		

	материалов		Ветки, жерди, верёвки				
33	Отработка действий эвакуации из здания. Действия человека, оказавшегося в зоне лесного пожара. Итоговый обобщающий урок.	1	Комбинированный Правила эвакуации из здания. Действия человека, оказавшегося в зоне лесного пожара.	Уметь выходить из зоны лесного пожара.	Фронтальный		

