

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования, науки и молодежной политики

Забайкальского края

"Газимуро-Заводский район"

МОУ Будюмканская ООШ

РАССМОТРЕНО

Руководитель по МО

Верхотурова Е.Н
приказ №1 от «20» августа
2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР

Пичугова И.И
Приказ №1 от «20» августа
2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Осколкова Л.Н
Приказ №1 от «20» августа
2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 4182316)

учебного предмета «Основы безопасности и защиты Родины»

для обучающихся 5-7 классов

с. Будюмкан 2024

Рабочая программа по ОБЖ для 5-9 классов составлена на основе:

1. Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012 г. №273;
2. примерной программы ООП ООО от 8 апреля 2015 г. №1/15 одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию;
3. приказа Министерства образования науки от 31 декабря 2015 №1577 «О внесении изменений во ФГОС от 17 декабря 2010 №1897»;
4. письма Министерства образования науки Забайкальского края от 16 февраля 2016 №1052 «О практике применения вопросов, связанных с движением библиотечного фонда учебников в образовательных организациях»;
5. образовательной программы МБОУ Будюмканской ООШ, программы автора УМК А.Т Смирнов.

Планируемые результаты.

Результаты освоения содержания предмета «ОБЖ» определяют те итоговые результаты, которые должны демонстрировать школьники по завершении обучения.

Требования к результатам изучения учебного предмета выполняют двоякую функцию. Они, с одной стороны, предназначены для оценки успешности овладения программным содержанием, а с другой стороны, устанавливают минимальное содержание образования, которое в обязательном порядке должно быть освоено каждым ребенком, оканчивающим основную школу.

Результаты освоения программного материала по предмету «ОБЖ» в основной школе оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее — частное — конкретное», и представлены соответственно метапредметными, предметными и личностными результатами.

Личностные результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных интересов;

- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;

- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств 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, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;

- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

- формирование анти экстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами предмета, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналоги, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

Предметные результаты:

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ ОБЖ

5 класс

Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства

Раздел I. Основы комплексной безопасности.

Тема 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека

- Безопасность в быту

Особенности города (населенного пункта) как среды обитания человека. Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения. Возможные опасные и аварийные ситуации в жилище. Соблюдение мер безопасности в быту.

Тема 2. Опасные ситуации техногенного характера

- Безопасность на дорогах

Причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия. Организация дорожного движения. Правила Безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста. Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых ситуациях..

Тема 3. Опасные ситуации природного характера

- Безопасность на водоёмах

Особенности состояния водоёмов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Правила безопасного поведения на воде. Опасность водоёмов зимой. Меры предосторожности при движении по льду. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.

Тема 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

- Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясение, наводнение, буря, ураган, сели, оползни, обвалы). Чрезвычайные ситуации техногенного характера (радиационно опасные объекты, пожаровзрывоопасный объект, химически опасный объект)

Тема 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение.

- Опасные ситуации социального характера

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности на улице, дома, в общественном месте. Профилактика нападений и самозащита при нападении насильников и хулиганов. Самооценка поведения. Психологические приёмы самозащиты. Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде дома, лифте. Правила обеспечения сохранности личных вещей. Правила защиты от мошенников. .

Тема 6 . Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.

Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения. Меры предосторожности при обнаружении взрывного устройства. Поведение человека при захвате его террористами в качестве заложника. Меры безопасности при освобождении заложников сотрудниками спецслужб. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел II. Основы здорового образа жизни

Тема 7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни

- Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни

Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.

Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия сохранения и укрепления здоровья. Рациональное питание. Роль питания в сохранении здоровья человека

Тема 8. Факторы разрушающие здоровье.

- Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье

Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Табакокурение и его последствия для организма курящего и окружающих людей. Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Наркомания, токсикомания и другие вредные привычки.

Раздел III. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Тема 9. Первая медицинская помощь и правила её оказания

- Оказание первой медицинской помощи

Медицинская (домашняя) аптечка. Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и ушибах. Перевязочные и лекарственные средства. Первая медицинская помощь при отравлениях газами, пищевыми продуктами, средствами бытовой химии, лекарствами.

6 класс

Раздел I. Основы комплексной безопасности

Тема 1. Подготовка к активному отдыху на природе.

Природа и человек. Общение с живой природой – естественная потребность человека для развития своих духовных и физических качеств. Виды активного отдыха на природе и необходимость подготовки к нему.

Способы ориентирования на местности, определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.

Подготовка к выходу на природу. Порядок движения на маршруте. Порядок определения места для бивака. Особенности разведения костра и приготовления пищи. Определение необходимого снаряжения для похода.

Тема 2. Активный отдых на природе и безопасность.

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.

Подготовка снаряжения и обеспечение безопасности в пеших и горных походах. Порядок движения походной группы. Режим и распорядок дня похода. Преодоление лесных зарослей и завалов, водных препятствий, движение по склонам.

Подготовка снаряжения и обеспечение безопасности в лыжном походе. Организация движения и ночлегов.

Подготовка снаряжения к водному походу и обеспечение безопасности на воде.

Подготовка снаряжения и обеспечение безопасности при велосипедном походе.

Тема 3. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности.

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных климатических условиях: к холодному климату, к жаркому климату, в горной местности. Общие правила безопасности в дальнем и выездном туризме.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта (автомобилем, железнодорожным транспортом).

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным или воздушным видом транспорта.

Тема 4. Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде.

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия.

Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. Сооружение временного укрытия из подручных средств, добывание огня, обеспечение пищей и водой. Подача сигналов бедствия.

Тема 5. Опасные ситуации в природных условиях.

Опасные погодные условия и способы защиты от них.

Меры личной безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Укусы насекомых и защита от них. Способы профилактики клещевого энцефалита.

Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Тема 6. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях.

Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи в природных условиях. Состав походной аптечки. Лекарственные растения и их использование.

Правила оказания ПМП при ссадинах и потертостях, ушибах, вывихах и растяжениях связок.

Правила оказания ПМП при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге.

Правила оказания ПМП при укусах ядовитых змей и насекомых.

Тема 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие.

Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Влияние компьютера на здоровье человека. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.

Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека. Стадии развития наркомании. Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ. Правила четырех «Нет!» наркотикам.

7 класс

Раздел I. Основы комплексной безопасности

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

Различные природные явления и причины их возникновения. Строение оболочки земли: литосфера, атмосфера, гидросфера и биосфера. 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. ЧС природного характера.

Тема 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их причины и последствия.

Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия.

Геологические процессы, происходящие в литосфере Земли, в результате которых возникают землетрясения. Очаг, магнитуда, эпицентр, интенсивность землетрясения. Возможные последствия землетрясений. Основные районы на территории России, где вероятность землетрясений велика.

Основные принципы защиты населения от землетрясений. Комплекс мероприятий, проводимых по защите населения от последствий землетрясений. Разработка способов повышения устойчивости зданий и сооружений, а также защита 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 в различных ситуациях: если землетрясение застало вас дома, на улице, в школе. Правила безопасного поведения после землетрясения.

Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле. Типы вулканов: действующие, дремлющие и потухшие, их характеристики, причины и предвестники их извержений. 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. Рекомендации населению по действиям при угрозе обвалов и схода снежных лавин.

Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения, их причины и последствия

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

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

Мероприятия по защите населения от последствий ураганов и бурь. Организация непрерывного наблюдения за состоянием атмосферы. Прогноз возникновения циклонов, их перемещение и возможные последствия. Организация оповещения населения об угрозе ураганов и бурь. Рекомендации населению по правилам поведения при получении штормового оповещения о приближении урагана или бури.

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

Тема 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения, их причины и последствия

Наводнения, виды наводнений и их причины. Природные явления гидрологического происхождения, вызывающие наводнения.

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, их последствия. Защита населения от селевых потоков. Рекомендации населению, проживающему в селеопасных районах.

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

Тема 5. Чрезвычайные ситуации биологического происхождения, их причины и последствия

Лесные и торфяные пожары, виды пожаров, классификация и их характеристика. 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 к здоровому.

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. Причины их возникновения, краткая характеристика. Противоэпизоотические и противоэпифитотические мероприятия.

Раздел – II. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Тема 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения и защита населения.

Защита населения от последствий землетрясения. Последствия извержения вулканов и защита населения. Защита населения от оползней.

Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения и защита населения.

Защита населения от ураганов и бурь.

Р- III Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ.

Тема 6 Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму
Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность

Роль нравственных позиций и личных качеств подростков в формировании антитеррористического поведения

Терроризм и экстремизм их причины и последствия

Как действовать в опасных ситуациях, связанных с проявлением экстремизма и терроризма

Раздел IV. Основы здорового образа жизни

Тема 7. 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 определения 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. Формирование основных качеств взрослого человека.

Тема 8. 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.

Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении: при незначительных ранах, при сильном кровотечении. Оказание первой медицинской помощи при артериальном и венозном кровотечении.

Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах.

Общие правила транспортировки пострадавшего.

Тематическое планирование учебной программы ОБЖ (5 класс)

№ раздела, темы и урока	Наименование раздела, темы и урока	Количество часов	
		Раздел	Тема
I-II	Основы комплексной безопасности	15	
<i>1</i>	<i>Человек, как среда обитания, безопасность человека</i>		5
1.1	Город как среда обитания		1
1.2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища		1
1.3	Особенности природных условий в городе		1
1.4	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность		1
1.5	Безопасность в повседневной жизни		1
<i>2</i>	<i>Опасные ситуации техногенного характера</i>		6
2.1	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения		1
2.2	Пешеход. Безопасность пешехода		1
2.3	Пассажир. Безопасность пассажира		1
2.4	Водитель		1
2.5	Пожарная безопасность		1
2.6	Безопасное поведение в бытовых ситуациях		1
<i>3</i>	<i>Опасные ситуации природного характера</i>		2
3.1	Погодные условия и безопасность человека		1
3.2	Безопасность на водоемах		1
<i>4</i>	<i>Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера</i>		2
4.1	Чрезвычайные ситуации природного характера		1
4.2	Чрезвычайные ситуации техногенного характера		1
III	Основы противодействия экстремизму и терроризму в РФ	7	
<i>5</i>	<i>Опасные ситуации социального характера, Антиобщественное поведение</i>		3

5.1	Антиобщественное поведение и его опасность		1
5.2	Обеспечение личной безопасности дома.		1
5.3	Обеспечение личной безопасности на улице.		1
6	<i>Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.</i>		4
6.1	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения.		1
6.2	Виды экстремистской актов и террористической деятельности		1
6.3	Виды террористических актов и их последствия		1
6.4	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.		1
IV	Основы здорового образа жизни	5	
6	<i>Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни</i>		5
6.1	О здоровом образе жизни		1
6.2	Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья		1
6.3	Рациональное питание. Гигиена питания		1
6.4	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека		1
6.5	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек		1
V	Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи	7	
7	<i>Первая медицинская помощь и правила её оказания</i>		7
7.1	Первая медицинская помощь при различных видах повреждений		2
7.2	Оказание первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении (практические занятия)		3
7.3	Первая медицинская помощь при отравлениях (практические занятия)		2
Всего часов			34

Тематическое планирование учебной программы ОБЖ (6 класс)

№ раздела, темы и урока	Наименование раздела, темы и урока	Количество часов	
		Раздел	Тема
I	Безопасность человека в природных условиях	25	
1	<i>Подготовка к активному отдыху на природе</i>		6
1.1	Природа и человек		1
1.2	Ориентирование на местности		1
1.3	Определение своего местонахождения и направления движения на местности		1
1.4	Подготовка к выходу на природу		1
1.5	Определение места для бивака и организация бивачных работ		1
1.6	Определение необходимого снаряжения для похода		1
2	<i>Активный отдых на природе и безопасность</i>		5

2.1	Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе		1
2.2	Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности		1
2.3	Подготовка и проведение лыжных походов		1
2.4	Водные походы и обеспечение безопасности на воде		1
2.5	Велосипедные походы и безопасность туристов		1
3	<i>Дальний(внутренний) и выездной туризм, меры безопасности</i>		6
3.1	Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме		1
3.2	Акклиматизация человека в различных климатических условиях		1
3.3	Акклиматизация человека в горной местности		1
3.4	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта		1
3.5	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным транспортом		1
3.6	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха воздушным транспортом		1
4	<i>Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде</i>		4
4.1	Автономное пребывание человека в природной среде		1
4.2	Добровольная автономия человека в природной среде		1
4.3	Вынужденная автономия человека в природной среде		1
4.4	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании		1
5	<i>Опасные ситуации в природных условиях</i>		4
5.1	Опасные погодные явления		1
5.2	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях		1
5.3	Укусы насекомых и защита от них		1
5.4	Клещевой энцефалит и его профилактика		1
II	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	10	
6	<i>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</i>		4
6.1	Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи в природных условиях		1
6.2	Оказание первой медицинской помощи травмах		1
6.3	Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и ожоге		1
6.4	Оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых		1
7	<i>Здоровье человека и факторы, на него влияющие</i>		6
7.1	Здоровый образ жизни и профилактика утомления		1
7.2	Компьютер и его влияние на здоровье		1
7.3	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека		1
7.4	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека		1

7.5	Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека		1
Всего часов			34

**Тематическое планирование учебной программы ОБЖ
(7 класс)**

№ раздела, темы и урока	Наименование раздела, темы и урока	Количество часов	
		Раздел	Тема
I	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	3	
<i>1</i>	<i>Общее понятие об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера</i>		3
1.1	Различные природные явления и причины их возникновения		1
1.2	Общая характеристика природных явлений		1
1.3	Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера.		1
II	Чрезвычайные ситуации природного характера	21	
<i>2</i>	<i>Чрезвычайные ситуации геологического происхождения их причины и последствия</i>		7
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		2
<i>3</i>	<i>Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения, их причины и последствия</i>		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
<i>4</i>	<i>Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения, их причины и последствия</i>		8
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 селевых потоков		1
4.6	Цунами и их характеристика		1

4.7	Защита населения от цунами		1
4.8	Снежные лавины		1
5	<i>Природные пожары и Чрезвычайные ситуации биологического происхождения, их причины и последствия</i>		4
5.1	Лесные и торфяные пожары и их характеристика		1
5.2	Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения		1
5.3	Инфекционная заболеваемость людей и защита населения		1
5.4	Эпизоотии и эпифитотии		1
III	Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ	2	
6	<i>Духовно- нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму.</i>		2
6.1	Терроризм и опасность вовлечение подростка в террористическую и экстремистскую деятельность		1
6.2	Роль нравственных позиций личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения.		1
IV	Основы здорового образа жизни	3	
6	<i>Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека</i>		3
7.1	Психологическая уравновешенность		1
7.2	Стресс и его влияние на человека		1
7.3	Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте		1
V	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.	4	
8.1	Общие правила оказания первой медицинской помощи		1
8.2	Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении		1
8.3	Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах		2
8.4	Общие правила транспортировки пострадавшего		1
Всего часов			34