

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №1 г. Михайловска»

ПРИНЯТО
Педагогическим советом
МАОУ СШ №1 г. Михайловска
(Протокол от 31.08.2020г №1)

УТВЕРЖДЕНО
Директор МАОУ СШ №1 г. Михайловска
С. В. Щипанов
Приказ от 01.09.2020г №.61/1-од

Рабочая программа
курса по выбору
**«Основы безопасности
жизнедеятельности»**
Основное общее образование. ФГОС

Составитель
Кобяков И.В.,
преподаватель - организатор ОБЖ ВКК

Рабочая программа курса по выбору «Основы безопасности жизнедеятельности» ориентирована на обучающихся 5 - 6- 7 класса, предназначена для общеобразовательной основной школы, реализующей ФГОС второго поколения основного общего образования и ориентирована на базовый уровень.

Рабочая программа по учебному предмету «ОБЖ» для 5, 6, 7 классов составлена в соответствии с правовыми и нормативными документами:

- Федеральный Закон «Об образовании в Российской Федерации» (от 29.12. 2012 г. № 273-ФЗ);
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 6 октября 2009 г. N 373 "Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования"
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.12.2015 №1576 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373»
- Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. № 1897 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования"
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.12.2015 №1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. №1897»

Актуальность данной программы в том, что её содержание отражает основные принципы построения безопасного образования детей. Эта программа поможет учащимся изучить основные правовые документы в области защиты от чрезвычайных ситуаций и ведения аварийно- спасательных работ, приобрести опыт прохождения туристских маршрутов и навыки основ выживания в экстремальных условиях, изучить инструменты и приборы для ведения спасательных работ, средства защиты от поражающих факторов, способы оказания первой медицинской помощи, меры безопасности при ведении аварийно- спасательных работ; получить психологическую закалку. Темы данного курса тесно переплетаются с жизненными ситуациями, что предусматривает получение конкретных знаний и навыков по предупреждению чрезвычайных ситуаций, умению ликвидировать их в начальной стадии, а, оказавшись в зоне опасности, быстро находить правильный выход из создавшейся ситуации, не допуская паники.

Целью реализации рабочей программы основного общего образования по учебному предмету «ОБЖ» является усвоение содержания учебного предмета «ОБЖ» и достижение обучающимися результатов изучения в соответствии с требованиями, установленными Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования и основной образовательной программой основного общего образования образовательной организации.

Цели:

- Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни (ЗОЖ); государственной системе защиты населения от опасных и ЧС; об обязанностях граждан по защите государства.
- Воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью.
- Развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в ЧС; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении ЗОЖ.
- Владение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в ЧС; использовать СИЗ и СКЗ; оказывать первую помощь пострадавшим.

Задачи:

- формирование первичных навыков определения потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающих в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- формирование системы безопасного поведения в повседневной жизни в условиях города;
- формирование навыков определения экстремизма и терроризма, причин их возникновения;
- умение пользоваться системой обеспечения безопасности (милиция, скорая помощь, пожарная охрана);
- знание правил обеспечения безопасности на современном транспорте;
- владение основными правилами дорожного движения, правильностью определения знаков ДД;
- умение правильно оценить ситуацию при пожаре;
- знание правил безопасного поведения в быту, предупреждение травм в школьном возрасте;
- владение понятиями о здоровье и здоровом образе жизни;
- владение первичными знаниями по оказанию первой помощи.
- Знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного характера;
- умение анализировать явления и события природного характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия;
- умения предвидеть возникновение опасных ситуаций природного характера по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- знания по организации защиты населения от ситуаций природного характера;
- знания об организации подготовки населения к действиям в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера;
- умение обеспечивать личную безопасность в опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера;
- умение принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в чрезвычайных ситуациях природного характера;
- знания о терроризме как преступлении, представляющего угрозу национальной безопасности России;
- выработка отрицательного отношения к террористической деятельности, привычек, способствующих профилактике вовлечения в террористическую деятельность;
- формирование понятий о стрессе и психологической уравновешенности в системе здоровья;
- знание анатомо-физиологических особенностей человека в подростковом возрасте;
- формирование навыков оказания первой помощи пострадавшим при ушибах, переломах, наружном кровотечении, умение транспортировать пострадавшего.
- владение знаниями по обеспечению безопасности при автономном (добровольное и вынужденное) существовании человека в природной среде;
- владение знаниями о различных видах активного отдыха и турпоходах на природе, особенности подготовки к ним;
- овладение правилами обеспечения личной безопасности во время активного отдыха на природе;
- владение знаниями об опасных ситуациях, которые могут произойти в природных условиях;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- умение обеспечивать личную безопасность в природных условиях;

- умение оказывать первую помощь при неотложных состояниях, возникающих в природных условиях;
- понимание необходимости вести здоровый образ жизни;
- выработка отрицательного отношения к приему наркотических и других психоактивных веществ;
- знание влияния основных неблагоприятных факторов окружающей среды на здоровье.

Формы обучения школьников

- Тематические занятия, игровые занятия, практические занятия, экскурсии.

Место курса по выбору в учебном плане:

Учебный план МАОУ СШ №1 г. Михайловска на 2020-2021 учебный год включает курс по выбору «Основы безопасности жизнедеятельности» в 5,6, 7 классе из расчёта 1 час в неделю, в объеме 35 часов.

Раздел 1. Планируемые результаты освоения учебного курса

ФГОС основного общего образования устанавливает требования к результатам освоения учебного предмета: личностным, метапредметным, предметным.

Личностные УУД

- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- 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 предпочтений с учётом устойчивых познавательных 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 антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Метапредметные УУД

Регулятивные:

Познавательные:

Коммуникативные:

- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности;
- владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные,
- осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- 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 соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, 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;

Предметные УУД

Тематический блок/модуль	Выпускник научится	Выпускник получит возможность научиться
Безопасность человека в опасных ситуациях	<ul style="list-style-type: none">• классифицировать и описывать потенциально опасные бытовые ситуации и объекты экономики, расположенные в районе проживания; чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, наиболее вероятные для региона проживания;• анализировать и характеризовать причины возникновения различных опасных ситуаций в повседневной жизни и их последствия, в том числе возможные причины и последствия пожаров, дорожно-транспортных происшествий (ДТП), загрязнения окружающей природной среды, чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;• выявлять и характеризовать роль и влияние человеческого фактора в возникновении опасных ситуаций, обосновывать необходимость повышения уровня культуры безопасности жизнедеятельности населения страны в современных условиях;• формировать модель личного безопасного поведения по соблюдению правил пожарной	<ul style="list-style-type: none">• проектировать план по повышению индивидуального уровня культуры безопасности жизнедеятельности• формировать личные убеждения, способствующие профилактике вовлечения в террористическую деятельность;• формировать индивидуальные качества, способствующие противодействию экстремизму и терроризму;

	<p>безопасности в повседневной жизни; по поведению на дорогах в качестве пешехода, пассажира и водителя велосипеда, по минимизации отрицательного влияния на здоровье неблагоприятной окружающей среды;</p> <ul style="list-style-type: none"> • руководствоваться рекомендациями специалистов в области безопасности по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. • негативно относиться к любым видам террористической и экстремистской деятельности; • характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьёзную угрозу личности, обществу и национальной безопасности России; • воспитывать у себя личные убеждения и качества, которые способствуют формированию антитеррористического поведения; 	
<p>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</p>	<ul style="list-style-type: none"> • характеризовать здоровый образ жизни и его основные составляющие как индивидуальную систему поведения человека в повседневной жизни, обеспечивающую совершенствование его духовных и физических качеств; • анализировать состояние личного здоровья и принимать меры по его сохранению, соблюдать нормы и правила здорового образа жизни для сохранения и укрепления личного здоровья; • классифицировать знания об основных факторах, разрушающих здоровье; характеризовать факторы, потенциально опасные для здоровья и их возможные последствия; 	<ul style="list-style-type: none"> • использовать знания о здоровом образе жизни, социальных нормах и законодательстве для выработки осознанного негативного отношения к любым видам нарушений общественного порядка, употреблению алкоголя и наркотиков, а также к любым видам экстремистской и террористической деятельности. • использовать здоровьесберегающие технологии (совокупность методов и процессов) для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, в том числе его духовной, физической и социальной составляющих; готовить и проводить занятия по обучению правилам оказания само- и взаимопомощи при отравлении угарным газом и никотином.

Раздел 2. Содержание учебного предмета

5 класс, 35 часов

Модуль I. Безопасность человека в различных условиях.

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)

Раздел 2. Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации

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

- 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 8. **Первая медицинская помощь и правила её оказания**

- Оказание первой медицинской помощи

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

6 класс, 35 часов

Модуль I. Безопасность человека в различных условиях.

Раздел I. Основы комплексной безопасности

Тема 1. Подготовка к активному отдыху на природе

Ориентирование на местности. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Определение необходимого снаряжения для похода. Определение места для бивака и организация бивачных работ.

Тема 2. Активный отдых на природе и безопасность

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе. Подготовка и обеспечение безопасности в пеших и горных походах, при проведении лыжных, велосипедных и водных походов.

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

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных природных условиях. Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха различными видами транспорта.

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

Автономное существование человека в природных условиях. Добровольная и вынужденная автономия. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.

Тема 5. Опасные ситуации в природных условиях

Опасные погодные условия. Дикие животные и обеспечение безопасности при встрече с ними. Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

Модуль II. Первая помощь и здоровой образ жизни.

Раздел II. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Тема 6. Основы медицинских знаний и оказания первой помощи

Личная гигиена и оказание помощи в природных условиях. Первая помощь при травмах. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах, при отморожении и ожоге. Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых.

Раздел III. Основы здорового образа жизни

Тема 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие

Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Компьютер и его влияние на здоровье. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека. Наркомания и её отрицательные последствия для здоровья человека. Профилактика вредных привычек.

7 класс, 35 часов

Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства

Раздел 1. Основы комплексной безопасности

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

Различные природные явления и причины их возникновения. Общая характеристика природных явлений. Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера.

Тема 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения.

Землетрясения. Причины возникновения и возможные последствия. Правила безопасного поведения при землетрясении. Расположение вулканов на Земле, извержение вулканов.

Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения. Ураганы, 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 характеристика. Снежные лавины.

Тема 5. Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения.

Природные пожары (лесные, торфяные степные) и их характеристика. Инфекционная заболеваемость людей и защита населения.

Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Тема 2. Защита населения от последствий землетрясений. Последствия извержения вулканов. Защита населения. Оползни, обвалы, их последствия.

Защита населения.

Тема 3. Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического происхождения. Защита населения от последствий ураганов и бурь.

Тема 4. Защита населения от чрезвычайных ситуаций гидрологического происхождения.

Защита населения от последствий наводнения. Защита населения от последствий селевых потоков. Защита населения от цунами.

Тема 5. Защита населения от природных пожаров. Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения.

Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

Тема 6. Духовно-нравственные основы противодействия экстремизму и терроризму.

Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность. Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел 4 Основы здорового образа жизни

Тема 7. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека.

Психологическая уравновешенность. Стресс и его влияние на человека. Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Тема 7. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях.

Общие правила оказания первой помощи. Оказание первой помощи при наружном кровотечении. Оказание первой помощи при ушибах и переломах. Общие правила транспортировки пострадавшего.

Раздел 3. Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

5 класс

№ п/п	Наименование раздела/темы	Количество часов
	Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства	
P-I	Раздел 1. Безопасность человека в опасных ситуациях.	15
	Тема 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека	5
1	Город, как среда обитания	1
2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища	1
3	Особенности природных условий в городе.	1
4	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность.	1
5	Безопасность в повседневной жизни.	1

	Тема 2. Опасные ситуации техногенного характера	6
6	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения	1
7	Пешеход. Безопасность пешехода	1
8	Пассажир. Безопасность пассажира. Водитель.	1
9	Водитель. Велосипедист-водитель транспортного средства.	1
10	Пожарная безопасность	1
11	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	1
	Тема 3. Опасные ситуации природного характера	2
12	Погодные явления и безопасность человека	1
13	Безопасность на водоемах.	1
	Тема 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	2
14	ЧС природного характера	1
15	ЧС техногенного характера.	1
Р-2	Раздел 2. Основы противодействия экстремизму и терроризму в РФ	
	Тема 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение	3
16	Проверь себя	1
17	Антиобщественное поведение и его опасность .Обеспечение личной безопасности дома.	1
18	Обеспечение личной безопасности на улице.	1
	Тема 6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.	4
19	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения	1
20	Виды экстремистской и террористической деятельности	1
21	Виды террористических актов и их последствия	1
22	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности	1
М	Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	
Р-3	Раздел 3. Основы здорового образа жизни	
	Тема 7. Возрастные особенности развития человека и ЗОЖ	3
23	О здоровом образе жизни	1
24	Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья	1
25	Рациональное питание. Гигиена питания.	1
	Тема 8. Факторы, разрушающие здоровье	2
26	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.	1
27	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек .	1
Р-4	Раздел 4. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	
	Тема 9. Первая помощь и правила ее оказания	8
28	Первая медицинская помощь при различных видах повреждений.	1
29	Первая медицинская помощь ушибах	1
30	Оказание ПМП при вывихе	1
31	Оказание ПМП при ушибах, ссадинах. (практическое занятие)	1
32	Оказание ПМП при носовом кровотечении	1
33	ПМП при отравлениях	1
34	ПМП при отравлениях (практическое занятие)	1
35	Проверь себя	1
	Всего	35

6 класс

№	Наименование раздела/темы	Количество часов
1		
М	Модуль I. Безопасность человека в различных условиях.	
Р-1	Раздел 1. Безопасность человека в природных условиях.	
	Тема 1. Подготовка к активному отдыху на природе	6
1	Природа и человек.	1
2	Ориентирование на местности	1
3	Определение своего местонахождения и направления движения на местности.	1
4	Подготовка к выходу на природу.	1
5	Определение места для бивака и организация бивачных работ.	1
6	Определение необходимого снаряжения для похода.	1
	Тема 2. Активный отдых на природе и безопасность	5
7	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе	1
8	Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности.	1
9	Подготовка и проведение лыжных походов.	1
10	Водные походы и обеспечение безопасности на воде.	1
11	Велосипедные походы и безопасность туристов.	1
	Тема 3. Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности.	6
12	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме.	1
13	Акклиматизация человека в различных климатических условиях.	1
14	Акклиматизация в горной местности.	1
15	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.	1
16	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте. Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте.	1
17	Проверь себя	1
	Тема 4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде.	4
18	Автономное существование человека в природе	1
19	Добровольная автономия человека в природной среде.	1
20	Вынужденная автономия человека в природной среде.	1
21	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.	1
	Тема 5. Опасные ситуации в природных условиях.	4
22	Опасные погодные явления.	1
23	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях	1
24	Укусы насекомых и защита от них.	1
25	Клещевой энцефалит и его профилактика.	1
М-2	Первая помощь и здорового образа жизни.	
Р-2	Раздел. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	
	Тема 6. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.	4
26	Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях.	1

27	Оказание первой медицинской помощи при травмах	1
28	Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге.	1
29	Оказание первой медицинской помощи при укусах змей и насекомых.	1
	Тема 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие.	6
30	Здоровый образ жизни и профилактика утомления.	1
31	Компьютер и его влияние на здоровье.	1
32	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.	1
33	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека. Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека.	1
34	Проверь себя	1
35	Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ	1
	Всего часов	35

7 класс

№	Наименование раздела/темы	Количество часов
1		
М 1.	Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства	
Р-I	Раздел 1. Основы комплексной безопасности	3
1	Различные природные явления	1
2	Общая характеристика природных явлений	1
3	Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера.	1
	Тема 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения	6
4	Землетрясение. Причины возникновения и возможные последствия.	1
5	Защита населения от последствий землетрясений	1
6	Правила безопасного поведения населения при землетрясении.	1
7	Расположение вулканов на Земле, извержение вулканов.	1
8	Последствия извержения вулканов. Защита населения.	1
9	Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения.	1
	Тема 3. ЧС метеорологического происхождения	3
10	Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия	1
11	Защита населения от последствий ураганов и бурь.	1
12	Смерчи.	1
	Тема 4. ЧС гидрологического происхождения	8
13	Наводнения. Виды наводнений и их причины Рекомендации населению.	1
14	Защита населения от последствий наводнений.	1
15	Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения.	1
16	Проверь себя	1
17	Сели и их характеристика.	1
18	Защита населения от последствий селевых потоков.	1
19	Цунами и их характеристика. Защита населения от цунами.	1
20	Снежные лавины	1
	Тема 5. Природные пожары и ЧС биолого-социального происхождения	4

21	Лесные и торфяные пожары и их характеристика	1
22	Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения.	1
23	Инфекционная заболеваемость людей и защита населения	1
24	Эпизоотии. Эпифитотии.	1
	Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации	
	Тема 7. Духовно-нравственные основы противодействия экстремизму и терроризму	4
25-26	Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность	2
27-28	Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения	2
М 2.	Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	
	Раздел 4. Основы ЗОЖ	
	Тема 8. ЗОЖ и его значение для гармоничного развития человека	3
29	Психологическая уравновешенность.	1
30	Стресс и его влияние на человека.	1
31	Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.	1
	Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.	
	Тема 9. Первая помощь при неотложных состояниях	4
32	Общие правила оказания первой медицинской помощи	1
33	Оказание пмп при наружном кровотечении. Оказание пмп при ушибах и переломах. Практическое занятие.	1
34	Проверь себя	1
35	Общие правила транспортировки пострадавшего.	1
	Всего часов	35

Учебно - методический комплекс

Линия учебно-методических комплексов под общей редакцией кандидата педагогических наук А.Т. Смирнова переработана в соответствии с Федеральным государственным стандартом основного общего образования, примерной программой по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» и рабочей программой А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова