

Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение  
«Вяткинская основная общеобразовательная школа»  
Каргапольского района Курганской области

Рассмотрено: на заседании ШМО МКОУ «Вяткинская ООШ» Протокол №1 от «27» августа 2020 года	Согласовано: зам.директора по УВР Н.Н. Ленских <i>Н.Н. Ленских</i> «27» августа 2020 года	Утверждаю: директор МКОУ «Вяткинская ООШ» М.И. Кочкина <i>М.И. Кочкина</i> приказ № 58-А от «27» августа 2020 года
---	--	---



Рабочая программа курса  
«Основы безопасности жизнедеятельности»  
для 5-7 классов

2020 год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по курсу «ОБЖ» ориентирована на учащихся 5-7 классов и разработана на основе следующих документов:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (приказ Минобрнауки РФ от 17.12.2010 № 1897);
2. Примерная основная образовательная программа основного общего образования (одобрена решением федерального методического объединения по общему образованию, протокол от 08.04.2015 № 1/15);
3. Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для учащихся 5-9 классы, М: «Просвещение» 2011 год, предметная линия учебников под редакцией А.Т. Смирнова.

Рабочая программа обеспечена учебниками, учебными пособиями, включенными в федеральный перечень учебников, рекомендуемых Минпросвещения России к использованию:

- Смирнов А.Т., Хренников Б.О. / Под ред. Смирнова А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 класс: учебник. - М.: Просвещение. 2013
- Смирнов А.Т., Хренников Б.О. / Под ред. Смирнова А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 6 класс: учебник. - М.: Просвещение. 2013
- Смирнов А.Т., Хренников Б.О. / Под ред. Смирнова А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс: учебник. - М.: Просвещение. 2010

Программой отводится на изучение курса «ОБЖ» 51 час, которые распределены по классам следующим образом:

- 5 класс – 17 часов
- 6 класс – 17 часов
- 7 класс – 17 часов

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

### ИЗУЧЕНИЯ КУРСА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

#### *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 предпочтений с учетом 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 нем 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 ее 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 результаты:*

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищенности, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- 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 ее 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, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение 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 учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- освоение приемов 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**

#### **Обучающийся 5 класса научится:**

- узнавать потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- оказывать первую медицинскую помощь;
- основным правилам безопасного поведения на дороге;
- правилам поведения при угрозе террористического акта;
- вести здоровый образ жизни.

#### **Обучающийся в 5 классе получит возможность научиться:**

- *предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам;*
- *принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций;*
- *действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;*
- *пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;*
- *оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.*

#### **Обучающийся 6 класса научится:**

- узнавать основные составляющие здорового образа жизни, обеспечивающие духовное, физическое и социальное благополучие;
- выявлять факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- находить вредные привычки и способы их профилактики;
- правилам безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного характера;
- способам безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия;
- оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, обморожениях, ушибах;
- пользоваться средствами индивидуальной защиты.

#### **Обучающийся в 6 классе получит возможность научиться:**

- *предвидеть опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;*
- *действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;*
- *соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;*
- *оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;*
- *соблюдать правила личной безопасности в криминогенных ситуациях и в местах скопления большого количества людей;*
- *действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения;*
- *использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: выработки потребности в соблюдении норм ЗОЖ, невосприимчивости к вредным привычкам;*
- *обеспечения личной безопасности в различных опасных и ЧС;*
- *соблюдения мер предосторожности на улицах, дорогах и правил безопасного поведения в общественном транспорте;*
- *безопасного пользования бытовыми приборами, инструментами и препаратами бытовой химии в повседневной жизни;*
- *проявления бдительности и безопасного поведения при угрозе террористического акта или при захвате в качестве заложника;*
- *оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных опасных или бытовых ситуациях;*
- *обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.*

#### **Обучающийся 7 класса научится:**

- основам здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и правила их профилактики;
- правилам безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;
- способам безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия.

#### **Обучающийся в 7 классе получит возможность научиться:**

- *действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;*
- *соблюдать правила поведения на воде и оказывать помощь утопающему;*
- *оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;*

- пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
- правильно вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;
- действовать по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации;
- использовать приобретённые знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
- соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в общественном транспорте;
- пользования бытовыми приборами и инструментами;
- проявления бдительности при угрозе террористического акта;
- обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

## Содержание учебного курса

### 5 КЛАСС

Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных ситуациях

1. *Человек, среда его обитания, безопасность человека*

Город как среда обитания. Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища. Особенности природных условий в городе. Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность. Основы безопасности жизнедеятельности человека.

2. *Опасные ситуации техногенного характера.*

Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения. Пешеход. Безопасность пешехода. Пассажир. Безопасность пассажира. Водитель.

Пожарная безопасность. Личная безопасность при пожаре. Безопасное поведение в бытовых ситуациях.

3. *Опасные ситуации природного характера*

Погодные условия и безопасность человека. Опасные природные явления (гроза, гололёд, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений.

Безопасность на водоемах. Правила безопасного поведения на водоемах в различное время года.

4. *Опасные ситуации социального характера*

Криминогенные ситуации и личная безопасность. Обеспечение личной безопасности дома. Обеспечение личной безопасности на улице.

Раздел II. Чрезвычайные ситуации.

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Общие правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Раздел III. Основы здорового образа жизни

1. *Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни.*

О здоровом образе жизни. Двигательная активность и закаливание организма. Рациональное питание. Гигиена питания. Вредные привычки и их влияние на здоровье.

IV. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.

1. ПМП и правила её оказания.

Первая медицинская помощь при различных видах повреждений. Оказание ПМП при ушибах, ссадинах (практические занятия).

### 6 КЛАСС

Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных ситуациях

1. *Правила дорожного движения*

Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения.

Раздел II. Безопасность человека в природных условиях

1. *Подготовка к активному отдыху на природе*

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

2. *Активный отдых на природе и безопасность*

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе. Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности. Подготовка и проведение лыжных походов. Водные походы и обеспечение безопасности на воде. Велосипедные походы и безопасность туристов.

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 и в горной местности. Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными, водными и воздушными видами транспорта.

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

Добровольная и вынужденная автономия человека в природной среде. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде.

5. *Опасные ситуации в природных условиях*

Опасные погодные условия и способы защиты от них. Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях. Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

Раздел III. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

1. *Основы медицинских знаний и здорового образа жизни*

Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях.

2. *Здоровье человека и факторы, на него влияющие*

Здоровый образ жизни и профилактика утомления.

## 7 КЛАСС

Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и ЧС

### 1. Общие понятия об опасных и ЧС природного характера

Различные природные явления и причины их возникновения. Общая характеристика природных явлений.

Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения.

Раздел II. ЧС природного характера

### 1. ЧС геологического происхождения

Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия. Защита населения от последствий землетрясений. Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле. Последствия извержения вулканов. Защита населения. Оползни, их последствия, защита населения. Обвалы и снежные лавины.

### 2. ЧС метеорологического происхождения

Ураганы и бури, смерчи, причины их возникновения, возможные последствия. Защита населения от последствий ураганов и бурь. Смерчи.

### 3. ЧС гидрологического происхождения

Наводнения. Виды наводнений и их причины. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнений. Сели и их последствия. Защита населения от последствий селевых потоков. Цунами и их характеристика. Защита населения от цунами.

### 4. ЧС биологического происхождения

Лесные и торфяные пожары и их характеристика. Эпидемии. Эпизоотии. Эпифитотии.

Раздел III. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

### 1. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека

Психологическая уравновешенность. Стресс и его влияние на человека. Взаимоотношения подростка и общества.

### 2. Первая медицинская помощь и правила ее оказания (практические занятия).

## Распределение учебного времени на прохождение разделов программы курса «ОБЖ»

### 5 класс

№ раздела и темы	Наименование раздела и темы	Количество часов	
		раздел	тема
<b>I</b>	<b>Безопасность и защита человека в опасных ситуациях</b>	9	
1	Человек, среда его обитания, безопасность человека		2
2	Опасные ситуации техногенного характера		3
3	Опасные ситуации природного характера		2
4	Опасные ситуации социального характера		2
<b>II</b>	<b>Чрезвычайные ситуации.</b>	2	
1	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.		2
<b>III</b>	<b>Основы здорового образа жизни</b>	3	
1	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни		3
<b>IV</b>	<b>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</b>	2	
1	ПМП и правила её оказания		2
	Итоговая контрольная работа	1	1
<b>Всего часов</b>		17	

### 6 класс

№ раздела и темы	Наименование раздела и темы	Количество часов	
		раздел	тема
<b>I</b>	<b>Безопасность и защита человека в опасных ситуациях</b>	1	
1	Правила дорожного движения		1
<b>II</b>	<b>Безопасность человека в природных условиях</b>	13	
1	Подготовка к активному отдыху на природе		4
2	Активный отдых на природе и безопасность		4
3	Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности		2
4	Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде		1
5	Опасные ситуации в природных условиях		2

<b>Ш</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	2	
1	Основы медицинских знаний и оказание ПМП		1
2	Здоровье человека и факторы, на него влияющие		1
	Итоговая контрольная работа	1	1
<b>Всего часов</b>		17	

**7 класс**

№ раздела и темы	Наименование раздела и темы	Количество часов	
		раздел	тема
<b>I</b>	<b>Безопасность и защита человека в опасных и ЧС</b>	3	
1	Общие понятия об опасных и ЧС природного характера		3
<b>II</b>	<b>ЧС природного характера</b>	11	
1	ЧС геологического происхождения		3
2	ЧС метеорологического происхождения		2
3	ЧС гидрологического происхождения		4
4	ЧС биологического происхождения		2
<b>III.</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	2	
1	Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека		1
2	Первая медицинская помощь и правила ее оказания (практические занятия)		1
	<b>Итоговая контрольная</b>	1	1
<b>Всего часов</b>		17	

**Тематическое планирование курса «Основы безопасности жизнедеятельности»**  
с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

**5 класс**

№ урока	Наименование раздела, темы и урока	Основные виды деятельности учащихся	Количество	
			Раздел	Тема
	<b>I. Безопасность и защита человека в опасных ситуациях</b>		<b>9</b>	
	<b>1. Человек, среда его обитания, безопасность человека</b>	Сравнивают особенности жизнеобеспечения городского и сельского жилища и возможные опасные и аварийные ситуации. Анализируют инструкции пользователя электрических и электронных приборов. Различают предметы бытовой химии. Заполняют дневники безопасности. Характеризуют наиболее эффективный способ предотвращения опасной бытовой ситуации в быту.		<b>2</b>
1	Город как среда обитания. Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.			1
2	Особенности природных условий в городе. Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность. Основы безопасности жизнедеятельности человека.			1
	<b>2. Опасные ситуации техногенного характера</b>	Характеризуют причины ДТП, организацию дорожного движения и правила безопасного поведения участников дорожного движения. Запоминают правила безопасного поведения на дорогах. Анализируют причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Запоминают правила безопасного поведения при пожаре.		<b>3</b>
3	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения.			1
4	Пешеход. Безопасность пешехода. Пассажир. Безопасность пассажира. Водитель.			1
5	Пожарная безопасность. Личная безопасность при пожаре. Безопасное поведение в бытовых ситуациях.			1

	<b>3. Опасные ситуации природного характера</b>	Характеризуют основные опасные погодные условия в местах своего проживания и их последствия. Различают меры безопасного поведения в условиях опасных погодных явлений. Различают состояние водоемов в различное время года. Объясняют правила поведения на водоемах. Применяют правила само и взаимопомощи терпящим бедствие на воде. Различают ЧС по причинам их возникновения. Анализируют правила своего возможного поведения в случае возникновения той или иной ЧС.		<b>2</b>
6	Погодные условия и безопасность человека.			1
7	Безопасность на водоемах. Правила безопасного поведения на водоемах в различное время года.			1
	<b>4. Опасные ситуации социального характера.</b>	Характеризуют основные виды антиобщественного поведения и его последствия. Выработывают отрицательное отношение к любым видам антиобщественного поведения. Распознают признаки возникновения опасной ситуации дома и на улице. Составляют правила собственного безопасного поведения дома и на улице в различных опасных ситуациях.		<b>2</b>
8	Криминогенные ситуации и личная безопасность. Обеспечение личной безопасности дома.			1
9	Обеспечение личной безопасности на улице.			1
	<b>II. Чрезвычайные ситуации.</b>	Анализируют правила своего возможного поведения в случае возникновения той или иной ЧС.	<b>2</b>	
10	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.			1
11	Общие правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.			1
	<b>III. Основы здорового образа жизни</b>		<b>3</b>	
	<b>1. Возрастные особенности развития человека и ЗОЖ</b>	Объясняют основные положения о ЗОЖ. Распознают виды двигательной активности и закаливания. Характеризуют сущность рационального питания.		<b>3</b>
12	О здоровом образе жизни.			1
13	Двигательная активность и закаливание организма.			1
14	Рациональное питание. Гигиена питания. Вредные привычки и их влияние на здоровье.			1
	<b>IV. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</b>	Характеризуют предназначение и общие правила оказания первой помощи. Выработывают практические навыки по оказанию первой помощи при ушибах и ссадинах. Выработывают практические навыки по оказанию первой помощи при отравлениях никотином и угарным газом.	<b>2</b>	
	<b>1. Первая медицинская помощь и правила ее оказания</b>			<b>2</b>
15	Первая медицинская помощь при различных видах повреждений.			1
16	Оказание ПМП при ушибах, ссадинах (практические занятия).			1
17	<b>Итоговая контрольная работа.</b>		<b>1</b>	<b>1</b>
	<b>Всего часов</b>			<b>17</b>

**6 класс**

№ урока	Наименование раздела, темы и урока	Основные виды деятельности учащихся	Количество часов	
			Раздел	Тема
	<b>I. Безопасность и защита человека в опасных ситуациях</b>		<b>1</b>	
	<b>1. Правила дорожного движения</b>	Характеризуют причины ДТП,		<b>1</b>

1	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения.	организацию дорожного движения и правила безопасного поведения участников дорожного движения. Запоминают правила безопасного поведения на дорогах.		1
<b>II. Безопасность человека в природных условиях</b>			<b>13</b>	
<b>1. Подготовка к активному отдыху на природе</b>				<b>4</b>
2	Природа и человек.			1
3	Ориентирование на местности. Определение своего местонахождения и направления движения по местности.	Объясняют необходимость сохранения окружающей природной среды. Определяют основные особенности для безопасного пребывания человека в природной среде.		1
4	Подготовка к выходу на природу. Определение места для бивака и организация бивачных работ.	Характеризуют основные способы ориентирования на местности. Выработывают навыки работы с картой.		1
5	Определение необходимого снаряжения для похода.	Характеризуют порядок подготовки к выходу на природу.		1
<b>2. Активный отдых на природе и безопасность</b>				<b>4</b>
6	Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.	Характеризуют общие правила безопасности во время активного отдыха на природе. Сравнивают основные меры безопасности при пеших походах на равнинной и горной местности.		1
7	Подготовка и проведение пеших и лыжных походов.	Объясняют, какие факторы необходимо учитывать при подготовке к лыжному походу. Характеризуют основные особенности подготовки к водному туризму.		1
8	Водные походы и обеспечение безопасности на воде.			1
9	Велосипедные походы и безопасность туристов.			1
<b>3. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности</b>				<b>2</b>
10	Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека.	Анализируют основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Различают факторы, которые способствуют быстрой акклиматизации человека в различных климатических условиях.		1
11	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными, водными и воздушными видами транспорта.	Анализируют порядок обеспечения личной безопасности при следовании к местам отдыха различными видами транспорта.		1
<b>4. Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде</b>				<b>1</b>
12	Добровольная и вынужденная автономия человека в природной среде. Обеспечение жизнедеятельности человека.	Характеризуют виды автономного существования человека в природной среде. Анализируют обстоятельства, при которых человек может попасть в условия вынужденной автономии в природной среде. Объясняют правила и методы по формированию навыков для безопасного существования в природной среде.		1
<b>5. Опасные ситуации в природных условиях</b>				<b>2</b>
13	Опасные погодные условия. Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.	Характеризуют опасные погодные явления, случающиеся в своём регионе, и анализируют их последствия. Запоминают диких животных и насекомых, обитающих в регионе проживания учащихся.		1
14	Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.	Объясняют, какую опасность эти животные представляют при встрече с ними. Сравнивают меры профилактики, которые могут понадобиться при встрече		1

		с опасными дикими животными и насекомыми. Объясняют меры профилактики клещевого энцефалита.		
	<b>III. Основы медицинских знаний и ЗОЖ</b>	Характеризуют основные правила личной гигиены, которые необходимо соблюдать в походной жизни. Выбатывают в паре навыки в оказании первой помощи в походе: при травмах, при тепловом и солнечном ударе, при отморожении и ожоге. Сравнивают порядок по оказанию первой помощи при укусах змей и насекомых.	<b>2</b>	
15	Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях.			1
16	Здоровый образ жизни и профилактика утомления.			1
17	<b>Итоговая контрольная работа.</b>		<b>1</b>	<b>1</b>
	<b>Всего</b>			<b>17</b>

**7 класс**

№ урока	Наименование раздела, темы и урока	Основные виды деятельности учащихся	Количество часов	
			Раздел	Тема
	<b>I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях</b>		<b>3</b>	
	<b>1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера</b>	Различают природные явления, которые оказывают влияние на безопасность жизнедеятельности человека. Характеризуют и анализируют основные природные явления геологического, метеорологического, гидрологического и биологического происхождения. Объясняют понятия опасной и чрезвычайной ситуации. Анализируют, в чем их сходство и различия.		<b>3</b>
1	Различные природные явления и причины их возникновения.			1
2	Общая характеристика природных явлений.			1
3	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения.	Характеризуют причины ДТП, организацию дорожного движения и правила безопасного поведения участников дорожного движения. Запоминают правила безопасного поведения на дорогах.		1
	<b>II. Чрезвычайные ситуации природного характера</b>		<b>11</b>	
	<b>1. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения</b>	Характеризуют чрезвычайные ситуации геологического происхождения (землетрясения, извержения вулканов, оползни и обвалы). Объясняют причины возникновения чрезвычайных ситуаций геологического происхождения. Моделируют выполнение правил безопасного поведения при чрезвычайных ситуациях геологического происхождения, характерных для региона проживания учащихся.		<b>3</b>
4	Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия. Защита населения от последствий землетрясений.			1
5	Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле. Последствия извержения вулканов. Защита населения.			1
6	Оползни, их последствия, защита населения. Обвалы и снежные лавины.			1

	<b>2. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения</b>	Характеризуют чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (ураганы, бури, смерчи). Объясняют причины возникновения чрезвычайных ситуаций метеорологического происхождения.		<b>2</b>
7	Ураганы и бури, смерчи, причины их возникновения, возможные последствия.			1
8	Защита населения от последствий ураганов и бурь. Смерчи.			1
	<b>3. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения</b>	Объясняют и характеризуют причины возникновения чрезвычайных ситуаций гидрологического происхождения (наводнения, сели, цунами, снежные лавины). Моделируют в паре выполнение правил безопасного поведения при чрезвычайных ситуациях гидрологического происхождения, характерных для региона проживания учащихся.		<b>4</b>
9	Наводнения. Виды наводнений и их причины.			1
10	Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнений.			1
11	Сели и их последствия. Защита населения от последствий селевых потоков.			1
12	Цунами и их характеристика. Защита населения от цунами.			1
	<b>4. Чрезвычайные ситуации биологического происхождения</b>	Моделируют в паре на местности выполнение правил безопасного поведения при природных пожарах и чрезвычайных ситуациях биологического происхождения, характерных для региона проживания учащихся. Анализируют причины возникновения природных пожаров и чрезвычайных ситуаций биологического происхождения.		<b>2</b>
13	Лесные и торфяные пожары и их характеристика.			1
14	Эпидемии. Эпизоотии. Эпифитотии.			1
	<b>III. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	Характеризуют общие правила оказания первой помощи.	<b>2</b>	
15	Психологическая уравновешенность. Стресс и его влияние на человека. Взаимоотношения подростка и общества.	Отрабатывают в паре приёмы оказания первой помощи при наружном кровотечении, при ушибах и переломах.		1
16	Первая медицинская помощь и правила ее оказания (практические занятия).	Отрабатывают втроём (впятером) правила транспортировки пострадавшего.		1
17	<b>Итоговая контрольная работа.</b>		1	1
<b>Всего часов</b>				<b>17</b>

### Контроль уровня обученности

#### Итоговая контрольная работа учащихся 5 класса

1. Назовите виды городского общественного транспорта (выберите ответ):  
а) олени нарты; б) автомобиль; в) автобус; г) трамвай; д) метро; е) троллейбус.
2. Назовите главное условие, обеспечивающее безопасность человека на дорогах.
3. Назовите цвет светового сигнала светофора, позволяющий пешеходу переходить дорогу (выберите ответ):  
а) красный; б) зеленый; в) синий; г) желтый.
4. Укажите, какой вред может нанести пожар организму человека, находящегося в горящем помещении (выберите ответ):  
а) получение ожогов; б) сгорание книг; в) сгорание одежды; г) удушение.
5. Назовите причину пожара, которая зависит от конкретного человека в доме, где используется открытый огонь.
6. Дополните фразу: «Ситуации, в которых нарушена или фактически невозможна нормальная жизнедеятельность большого количества людей на большой территории, называется \_\_\_\_\_» (выберите ответ):  
а) опасной; б) экстремальной; в) обычной; г) чрезвычайной.
7. Назовите два вида травм, которые могут быть у учащихся 5-х классов при их игре на переменах. 8. Укажите, какие из приведенных ниже названий привычек человека являются вредными потому, что они разрушают его здоровье:  
а) систематическое соблюдение правил личной и общественной гигиены;

- б) систематическое курение;
  - в) систематические занятия физической культурой;
  - г) систематическое употребление пива;
  - д) употребление наркотиков.
9. Найдите среди приведенных ниже названий элементов образа жизни те, которые соответствуют здоровому образу жизни:
- а) длительное нахождение в постели, в том числе и чтение книг в постели;
  - б) ежедневная утренняя зарядка;
  - в) ежедневное выполнение гигиенических процедур;
  - г) применение в пищу большого количества пирожных, мороженого, конфет;
  - д) систематическое участие в подвижных играх (футбол, горелки и т.п.);
  - е) большое увлечение играми в карты, домино, лото;
  - ж) систематическое курение;
  - з) использование в пищу оптимального количества разнообразных растительных, рыбных и мясных продуктов.

#### **Итоговая контрольная работа учащихся 6 класса**

1. Приведите один обоснованный пример, иллюстрирующий возможность (невозможность) купания в водоеме, поверхность которого покрыта ряской.
2. Укажите, можно или нет передвигаться по ледяной поверхности ранней зимой или весной перед началом ледохода; свой ответ обоснуйте.
3. Назовите возможные виды опасностей при отдыхе 11 - 12-летних детей на берегу реки (озера, пруда) в жаркий солнечный день (выберите ответ):
  - а) поражение атмосферным электричеством;
  - б) потеря ориентира и попадание в условия автономного существования в природе;
  - в) солнечный удар;
  - г) солнечный ожог;
  - д) отравление пищевыми веществами;
  - е) возможность утопления.
4. Приведите один пример криминогенной ситуации, в которой может оказаться подросток 11-12-летнего возраста.
5. Дополните фразу: «Процесс постепенного приспособления человека к новым климатогеографическим условиям называется \_\_\_\_\_».
6. Дополните фразу: «\_\_\_\_\_ это активные разумные действия, направленные на сохранение жизни, здоровья и работоспособности в условиях автономного существования в природе конкретного человека или небольшой группы людей» (выберите ответ):
  - а) акклиматизация;
  - б) здоровый образ жизни;
  - в) нормальная жизнедеятельность;
  - г) выживание;
  - д) жизнедеятельность в чрезвычайных ситуациях.
7. Назовите причины попадания отдельного человека или небольшой группы людей в ситуации автономного существования в природе (выберите ответ):
  - а) поездка на дачу в личном автомобиле;
  - б) потеря ориентировки в лесу при совершении многодневного похода;
  - в) отставание от группы при совершении многодневного турпохода;
  - г) авария автомобиля при совершении поездки в отдаленный район.
8. Дополните фразу: «Предназначение РСЧС состоит в \_\_\_\_\_ чрезвычайных ситуаций в \_\_\_\_\_ и \_\_\_\_\_ время» (ответ представьте последовательностью букв, соответствующих смыслу фраз в порядке их заполнения):
  - а) создании;
  - б) мирное;
  - в) ликвидации;
  - г) военное;
  - д) предупреждении.
9. Назовите основные признаки переломов костей (выберите ответ):
  - а) цвет крови - темно-вишневый;
  - б) ненормальная подвижность костей на участках, где в норме они неподвижны;
  - в) функции конечностей резко нарушены;
  - г) видны обломки костей.
10. Назовите приемы первой медицинской помощи, которые необходимо выполнить при наличии у пострадавшего сильного кровотечения (выберите ответ):
  - а) наложить шину для обеспечения неподвижности конечности;
  - б) наложить жгут на конечность;
  - в) наложить давящую повязку;
  - г) продезинфицировать рану.
11. Дополните фразу: «Многократное воздействие на поверхность тела разных температур посредством водных или воздушных ванн, вызывающее появление приспособленности организма к неблагоприятному воздействию низких и высоких температур, называется \_\_\_\_\_».
12. Назовите основные элементы здорового образа жизни (выберите ответ):
  - а) составление оптимального режима дня для конкретного человека и строгое его соблюдение;
  - б) составление режима дня и его соблюдение от случая к случаю;
  - в) систематическое выполнение процедур, закаливающих организм;
  - г) систематическое употребление пива;
  - д) ежедневное выполнение физических упражнений, сильно развивающих отдельные группы мышц (бодибилдинг);
  - е) систематическое выполнение физических упражнений, оказывающих на организм общеразвивающее действие.

#### **Итоговая контрольная работа учащихся 7 класса**

1. Назовите два способа переправы через реки при отсутствии мостов и невозможности их наведения.

2. Назовите состояние толпы, которое возникает при пожаре в зрелищном предприятии, при аварии транспорта и т.д.
3. Дополните фразу: «Стихийное событие природного происхождения, которое может иметь огромные отрицательные последствия для жизнедеятельности людей, экономики и природной среды (привести к возникновению чрезвычайных ситуаций) относится к \_\_\_\_\_» (выберите ответ):  
а) природным явлениям; б) социальным явлениям; в) опасным природным явлениям; г) стихийным бедствиям.
4. Найдите среди приведенных ниже названий природных явлений те, которые могут привести к возникновению чрезвычайных ситуаций:  
а) легкий бриз на море; б) землетрясение; в) мороз в 5°C; г) ураган; д) сильное извержение вулкана; е) нашествие на поля саранчи.
5. Дополните фразу: «Колебания и смещения земной коры, подземные толчки и удары, возникающие в результате естественных процессов или деятельности человека, относятся к \_\_\_\_\_».
6. Найдите соответствие величины землетрясения в баллах и названия вида землетрясения (по 12-балльной сейсмической шкале) (ответ представьте буквой с цифрой, например 2 в):  
1. Слабое; 2. Сильная катастрофа; 3. Сильное.  
а) 10 баллов; б) 2 балла; в) 12 баллов; г) 3 балла; д) 6 баллов.
7. Найдите среди приведенных ниже названий поражающих факторов стихийных бедствий те, которые относятся к ураганам:  
а) разрушения построек за счет смещения поверхностных слоев земной коры; б) уничтожение деревянных частей зданий за счет их сгорания;  
в) перенос деревьев, машин и других предметов с одного места на другое; г) разрушение линий электропередачи под действием сильных потоков воздуха
8. Назовите разновидности циклонов по месту их зарождения.
9. Назовите заболевание и возбудителя, его вызывающего при попадании в рану земли (почвы) (выберите ответ):  
а) холера, холерный вибрион; б) грипп, вирус гриппа; в) СПИД, вирус иммунодефицита; г) столбняк, столбнячная палочка.
10. Назовите два приема первой медицинской помощи, которые необходимо оказать пострадавшему при ранении.
11. Дополните фразу: «Курение является \_\_\_\_\_ привычкой, так как способствует \_\_\_\_\_ уровня здоровья за счет того, что при курении в организм попадают \_\_\_\_\_ вещества, способствующие возникновению \_\_\_\_\_ (например, рака легких)».
12. Среди приведенных названий различных привычек найдите те, которые соответствуют здоровому образу жизни:  
а) пристрастие к карточным играм;  
б) систематические занятия физической культурой;  
в) неукоснительное исполнение правил личной гигиены;  
г) систематическое уклонение от занятий физической культуры из-за относительно слабого здоровья;  
д) злоупотребление сладкой и жирной едой.