

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство образования и науки Удмуртской Республики**  
**Администрация муниципального образования "Муниципальный округ**  
**Граховский район Удмуртской Республики"**  
**МБОУ "Граховская СОШ им. А.В. Марченко"**

**РАССМОТРЕНО**  
на заседании ШМО  
Руководитель ШМО

\_\_\_\_\_  
Харитонов М.В.  
Приказ №1 от «25» августа  
2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**  
Педагогическим сове-  
том

\_\_\_\_\_  
Протокол № 1 от «30» авгу-  
ста 2023 г.

**УТВЕРЖДЕНО**  
Директор школы

\_\_\_\_\_  
Петрова Т.Л.  
Приказ №106 от «30» авгу-  
ста 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 3465730)

**по курсы «Здоровый образ жизни»**

для обучающихся 5-6 классов

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Статус документа

Данная программа составлена на основе примерной рабочей программы по ОБЖ для 5 – 9 к линии УМК В. Н. Латчука (авт.-сост. В. Н. Латчук, С. К. Миронов, С. Н. Вангородский, М. А. Ульянова)

В основу разработки данной программы положены следующие нормативные документы:

1. Федеральный Закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (ст.12, 13);
2. Приказ МО и Н РФ (Минобрнауки России) от 17 декабря 2010 г. №1897 «Об утверждении и введение в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;
3. Приказ МО и Н РФ (Минобрнауки России) от 31.12.2015 г. №1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. №1897»;
4. Фундаментальное ядро содержания общего образования.
5. Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.
6. Примерная ООП ООО.
7. Положение о рабочей программе учебного предмета, курса

### Рабочая программа направлена на достижение следующих целей:

- усвоение учащимися правил безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание ими важности укрепления, сохранения и защиты своего здоровья как личной и общественной ценности;
- уяснение и принятие учащимися достижений гражданского общества, таких как права человека, правовое государство, семейные ценности, справедливость и ответственность органов власти;
- антиэкстремистское и антитеррористическое мышление и поведение учащихся, их нетерпимость к действиям и намерениям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков, табакокурению и употреблению алкогольных напитков;
- готовность и стремление учащихся к нравственному самосовершенствованию.

### Курс предназначен для решения следующих задач:

- освоение учащимися знаний о здоровом и разумном образе жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
- обучение школьников умению предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую помощь;
- развитие у обучаемых качеств личности, необходимых для ведения здорового и разумного образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- воспитание у учащихся культуры безопасности жизнедеятельности, чувства ответственности за личную и общественную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- формирование у школьников антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

Организация и проведение занятий по предлагаемой программе позволяют эффективно использовать образовательный и воспитательный потенциал образовательной организации, создать благоприятные условия для личностного и познавательного развития учащихся, обеспечивают формирование важнейших компетенций школьников.

Для обучения основам безопасности жизнедеятельности в МБОУ «Граховская СОШ» выбрана содержательная линия УМК (Латчук В.Н.) Главные особенности учебно-методического комплекта (УМК) по основам безопасности жизнедеятельности состоят в том, что они обеспечивают преемственность курсов ОБЖ в начальной школе и в последующих классах основной и средней школы, а также в полной мере реализуют принципы деятельностного подхода, что полностью соответствует миссии и целям школы и образовательным запросам обучающихся.

### **Место предмета в учебном плане**

Федеральный государственный образовательный стандарт предусматривает изучение в средней школе курса основ безопасности жизнедеятельности как составной части предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности».

Уровень изучения предмета – базовый. Тематическое планирование рассчитано на **1 учебный час в неделю**, что составляет **35 учебных часа в год**. Данное количество часов на 1 час меньше, чем в авторской, а содержание предмета соответствует варианту авторской программы по основам безопасности жизнедеятельности (Латчук В.Н., Миронов С.К., Вангородский С.Н., Ульянова М.А.), рекомендованной Министерством образования и науки РФ (Латчук В. Н. Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы. – М.: Дрофа, 2013).

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Выпускник научиться	Выпускник получит возможность научиться
<b>Основы комплексной безопасности</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• 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;</li> <li>• 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, загрязнения окружающей природной среды, чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;</li> <li>• выявлять и характеризовать роль и влияние человеческого фактора в возникновении опасных ситуаций, обосновывать необходимость повышения уровня культуры безопасности жизнедеятельности населения страны в современных условиях;</li> <li>• формировать модель личного безопасного поведения по соблюдению правил пожарной безопасности в повседневной жизни; по поведению на дорогах в качестве пешехода, пассажира и водителя велосипеда, по минимизации отрицательного влияния на здоровье неблагоприятной окружающей среды;</li> <li>• разрабатывать личный план по охране окружающей природной среды в местах проживания; план самостоятельной подготовки к активному отдыху на природе и обеспечению безопасности отдыха; план безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций с учётом особенностей обстановки в регионе;</li> <li>• руководствоваться рекомендациями специалистов в области безопасности по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• систематизировать основные положения нормативно-правовых актов Российской Федерации в области безопасности и обосновывать их значение для обеспечения национальной безопасности России в современном мире; раскрывать на примерах влияние последствий чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера на национальную безопасность Российской Федерации;</li> <li>• прогнозировать возможность возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций по их характерным признакам;</li> <li>• характеризовать роль образования в системе формирования современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности у населения страны;</li> <li>• проектировать план по повышению индивидуального уровня культуры безопасности жизнедеятельности для защищённости личных жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз.</li> </ul>
<b>Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</b>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• характеризовать в общих чертах организационные основы по защите населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; объяснять необходимость подготовки граждан к защите Отечества; устанавливать взаимосвязь между нравственной и патриотической проекцией личности, и необходимостью обороны государства от внешних врагов;</li> <li>• характеризовать РСЧС: классифицировать основные за-</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• формировать основные задачи, стоящие перед образовательным учреждением, по защите учащихся и персонала от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военно-</li> </ul>

дачи, которые решает РСЧС по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; обосновывать предназначение функциональных и территориальных подсистем

РСЧС; характеризовать силы и средства, которыми располагает РСЧС для защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

- характеризовать гражданскую оборону как составную часть системы обеспечения национальной безопасности России: классифицировать основные задачи, возложенные на гражданскую оборону по защите населения РФ от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; различать факторы, которые определяют развитие гражданской обороны в современных условиях; характеризовать и обосновывать основные обязанности граждан РФ в области гражданской обороны;

- характеризовать МЧС России: классифицировать основные задачи, которые решает МЧС России по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; давать характеристику силам МЧС России, которые обеспечивают немедленное реагирование при возникновении чрезвычайных ситуаций;

- характеризовать основные мероприятия, которые проводятся в РФ, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;

- анализировать систему мониторинга и прогнозирования чрезвычайных ситуаций и основные мероприятия, которые она в себя включает;

- описывать основные задачи системы инженерных сооружений, которая существует в районе проживания, для защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

- описывать существующую систему оповещения населения при угрозе возникновения чрезвычайной ситуации;

- анализировать мероприятия, принимаемые МЧС России, по использованию современных технических средств для информации населения о чрезвычайных ситуациях;

- характеризовать эвакуацию населения как один из основных способов защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; различать виды эвакуации; составлять перечень необходимых личных предметов на случай эвакуации;

- характеризовать аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения как совокупность первоочередных работ в зоне чрезвычайной ситуации;

- анализировать основные мероприятия, которые проводятся при аварийно-спасательных работах в очагах поражения;

- описывать основные мероприятия, которые проводятся при выполнении неотложных работ;

- моделировать свои действия по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях в районе проживания при нахожде-

го времени;

- *подбирать материал и готовить занятие на тему «Основные задачи гражданской*

- обороны по защите населения от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени»;*

- *обсуждать тему «Ключевая роль МЧС России в формировании культуры безопасности жизнедеятельности у населения Российской Федерации»;*

- *различать инженерно-технические сооружения, которые используются в районе проживания, для защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера, классифицировать их по назначению и защитным свойствам.*

<p>нии в школе, на улице, в общественном месте (в театре, библиотеке и др.), дома.</p>	
<p><b>Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• негативно относиться к любым видам террористической и экстремистской деятельности;</li> <li>• характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьёзную угрозу личности, обществу и национальной безопасности России;</li> <li>• анализировать основные положения нормативно-правовых актов РФ по противодействию терроризму и экстремизму и обосновывать необходимость комплекса мер, принимаемых в РФ по противодействию терроризму;</li> <li>• воспитывать у себя личные убеждения и качества, которые способствуют формированию антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления;</li> <li>• обосновывать значение культуры безопасности жизнедеятельности в противодействии идеологии терроризма и экстремизма;</li> <li>• характеризовать основные меры уголовной ответственности за участие в террористической и экстремистской деятельности;</li> <li>• моделировать последовательность своих действий при угрозе террористического акта.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>формировать индивидуальные основы правовой психологии для противостояния идеологии насилия;</i></li> <li>• <i>формировать личные убеждения, способствующие профилактике вовлечения в террористическую деятельность;</i></li> <li>• <i>формировать индивидуальные качества, способствующие противодействию экстремизму и терроризму;</i></li> <li>• <i>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.</i></li> </ul>
<p><b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• характеризовать здоровый образ жизни и его основные составляющие как индивидуальную систему поведения человека в повседневной жизни, обеспечивающую совершенствование его духовных и физических качеств; использовать знания о здоровье и здоровом образе жизни как средство физического совершенствования;</li> <li>• анализировать состояние личного здоровья и принимать меры по его сохранению, соблюдать нормы и правила здорового образа жизни для сохранения и укрепления личного здоровья;</li> <li>• классифицировать знания об основных факторах, разрушающих здоровье; характеризовать факторы, потенциально опасные для здоровья (вредные привычки, ранние половые связи и др.), и их возможные последствия;</li> <li>• систематизировать знания о репродуктивном здоровье как единой составляющей здоровья личности и общества; формировать личные качества, которыми должны обладать молодые люди, решившие вступить в брак;</li> <li>• анализировать основные демографические процессы в Российской Федерации; описывать и комментировать основы</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>использовать здоровьесберегающие технологии (совокупность методов и процессов) для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, в том числе его духовной, физической и социальной составляющих.</i></li> </ul>

<p>семейного законодательства в Российской Федерации; объяснить роль семьи в жизни личности и общества, значение семьи для обеспечения демографической безопасности государства.</p>	
<p><b>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b></p>	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• характеризовать различные повреждения и травмы, наиболее часто встречающиеся в быту, и их возможные последствия для здоровья;</li> <li>• анализировать возможные последствия неотложных состояний в случаях, если не будет своевременно оказана первая помощь;</li> <li>• характеризовать предназначение первой помощи пострадавшим; классифицировать средства, используемые при оказании первой помощи; соблюдать последовательность действий при оказании первой помощи при различных повреждениях, травмах, наиболее часто случающихся в быту; определять последовательность оказания первой помощи и различать её средства в конкретных ситуациях;</li> <li>• анализировать причины массовых поражений в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера и систему мер по защите населения в условиях чрезвычайных ситуаций и минимизации массовых поражений; выполнять в паре/втроём приёмы оказания само- и взаимопомощи в зоне массовых поражений.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>готовить и проводить занятия по обучению правилам оказания само- и взаимопомощи при наиболее часто встречающихся в быту повреждениях и травмах.</i></li> </ul>

**Личностные результаты:**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и обществах;
- развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств 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, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;

- формирование экологической культуры на основе при- знания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;
- формирование основ финансовой грамотности и усвоение правил безопасного поведения в сфере финансовых отношений;
  - осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

### **Метапредметные результаты:**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
  - умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;
  - овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;
  - умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причин- но следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;
  - умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;
  - освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях при- родного, техногенного и социального характера;
  - умение работать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
  - умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;
  - формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;
  - формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

### **Предметные результаты:**

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного, здорового и разумного образа жизни;

- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- 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;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- 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, их последствий для личности, общества и государства;
- знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация.

Понятие об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Опасные природные явления, характерные для нашей страны.

### ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ

#### ИЗ ИСТОРИИ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЙ

Происхождение и классификация землетрясений. Понятие о землетрясении. Сейсмические пояса и сейсмически активные районы. Понятие об очаге и эпицентре землетрясения. Причины возникновения землетрясений и их последствия. Классификация землетрясений по происхождению. Отслеживание землетрясений с помощью сейсмографа. Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь. Понятие о магнитуде и интенсивности землетрясений. Оценка землетрясений по шкале Рихтера и шкале Меркалли. Типичные проявления землетрясений и уровень разрушений при различных величинах магнитуды и интенсивности. Типичные последствия землетрясений, их характеристика. Меры по снижению ущерба от землетрясений. Правила безопасного поведения при землетрясениях. Основные причины несчастных случаев при землетрясениях. Меры по предотвращению повреждений или уменьшению их тяжести. Признаки приближающегося землетрясения. Действия при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время него и после: на улице, в школе, в доме (квартире). Правила безопасного поведения в случае попадания в завал.

### ВУЛКАНЫ

#### ИЗ ИСТОРИИ ИЗВЕРЖЕНИЙ ВУЛКАНОВ

Общее понятие о вулканах. Понятие о вулкане. Сейсмоактивные пояса. Процесс извержения вулкана. Строение вулкана. Понятие о магме, гейзере, фумароле. Различные состояния лавы при извержении. Палящие тучи. Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов. Опасные явления, связанные с извержениями вулканов. Признаки приближающегося извержения. Способы уменьшения опасного воздействия лавовых потоков. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана и во время него.

### ОПОЛЗНИ, СЕЛИ, ОБВАЛЫ И СНЕЖНЫЕ ЛАВИНЫ

ОБЩЕЕ УСЛОВИЕ ВОЗНИКНОВЕНИЯ ОПОЛЗНЕЙ, СЕЛЕЙ, ОБВАЛОВ И ЛАВИН.

#### ЗОНЫ ПОВЫШЕННОЙ ОПАСНОСТИ НА ТЕРРИТОРИИ РОССИИ

Оползни. Из истории оползней. Понятие об оползне. Природные и антропогенные факторы, влияющие на образование оползней. Классификация оползней по масштабу, месту образования и мощности. Причины образования оползней. Сели (селевые потоки). Из истории селей. Понятие о селе. Причины образования селей, их характерные особенности и места возникновения. Классификация селей по составу образующих пород, мощности и высоте истоков. Теплая и холодная зона селеопасных горных районов на территории России. Обвалы. Из истории обвалов. Понятие об обвале. Причины, вызывающие обвалы. Классификация обвалов по мощности и масштабу. Разновидности обвалов и их характеристика. Снежные лавины. Из истории лавин. Понятие о лавине. Характерные особенности лавин, места и причины их возникновения. Помощь поисковых собак в обнаружении за- сыпанных снегом людей. Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин. Основные поражающие факторы оползней, селей, обвалов и лавин, наносимый ими ущерб. Меры по предупреждению этих явлений и снижению потерь от них. Правила безопасности для населения, проживающего в опасных районах. Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала, лавины и

во время него. Действия, способствующие безопасному выходу из зоны стихийного бедствия.

#### УРАГАНЫ, БУРИ, СМЕРЧИ ИЗ ИСТОРИИ УРАГАНОВ, БУРЬ, СМЕРЧЕЙ

Происхождение ураганов, бурь и смерчей. Шкала Бофорта и измерение скорости воздушных масс. Происхождение ураганов, бурь, смерчей, причины их возникновения. Понятие о циклонах и их характеристика. Области зарождения тропических циклонов. Классификация ураганов, бурь, смерчей и метелей. Понятие об урагане. Классификация ураганов по скорости ветра. Происхождение ураганов и причиняемые ими разрушения. Понятие о буре. Классификация бурь в зависимости от окраски и состава частиц и скорости ветра. Понятие о смерче. Классификация смерчей по происхождению, строению, времени действия и охвату пространства. Последствия ураганов, бурь и смерчей и меры по уменьшению ущерба от них. Основные поражающие факторы ураганов, бурь и смерчей и наносимый ими ущерб. Меры по снижению потерь от ураганов, бурь, смерчей. Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей. Действия при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча. Подходящие укрытия. Правила безопасного поведения во время урагана, бури, смерча и после них.

#### НАВОДНЕНИЯ ИЗ ИСТОРИИ НАВОДНЕНИЙ

Виды наводнений. Классификация наводнений по масштабу, повторяемости и наносимому ущербу. Виды наводнений по причинам возникновения и их характеристика. Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них. Основные поражающие факторы наводнений и наносимый ими ущерб. Радикальные средства защиты и оперативные предупредительные меры по снижению потерь от наводнений. 19 Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнении. Действия в случае внезапного наводнения и правила самоэвакуации. Правила безопасного поведения после наводнения.

#### ЦУНАМИ ИЗ ИСТОРИИ ЦУНАМИ

Причины и классификация цунами. Понятие о цунами. Классификация цунами по причинам возникновения и интенсивности. Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них. Основные поражающие факторы цунами и последствия их воздействия. Предупредительные меры по снижению потерь среди населения. Признаки приближения цунами. Меры по уменьшению ущерба от цунами. Правила безопасного поведения при цунами. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами. Рекомендуемые и запрещенные действия в случае внезапного прихода цунами. Действия при попадании в волну цунами.

#### ПРИРОДНЫЕ ПОЖАРЫ ИЗ ИСТОРИИ ЛЕСНЫХ ПОЖАРОВ

Причины природных пожаров, их классификация. Понятие о лесном пожаре. Основные причины возникновения лесных пожаров. Классификация лесных пожаров по площади. Виды пожаров по характеру распространения и силе, их характеристика. Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение. Основные поражающие факторы природных пожаров и последствия их воздействия. Способы тушения природных пожаров. Меры по предупреждению природных пожаров. Запрещенные действия в лесу в пожароопасный сезон. Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожара и при его тушении. Правила безопасного поведения при нахождении в зоне лесного пожара или около нее. Правила безопасного тушения небольшого пожара в лесу.

#### МАССОВЫЕ ИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ЛЮДЕЙ, ЖИВОТНЫХ И РАСТЕНИЙ

#### ИЗ ИСТОРИИ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии. Понятие об эпидемии, эпизоотии и эпифитотии. Инфекционные заболевания, приводящие к массовому поражению людей, животных и растений. Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений. Понятие о вакцинации. Наиболее важные меры предупреждения инфекционных болезней. Общие правила личной гигиены. Меры по защите сельскохозяйственных растений от инфекционных заболеваний.

#### ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВЫЖИВАНИЯ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА

Человек и стихия. Свойства мышления, необходимые для оценки чрезвычайной ситуации. Повышение психологической подготовленности. Необходимые знания, позволяющие успешно противостоять стихийному бедствию. Характер и темперамент. Понятие о темпераменте. Типы темперамента и их характеристика. Понятие о характере. Влияние темперамента и характера на действия в чрезвычайной ситуации. Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии. Особенности психологических процессов во время стихийных бедствий. Негативное влияние внезапного стихийного бедствия на психику неподготовленного человека. Рекомендации по психологической подготовке к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природного характера.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ, С УКАЗАНИЕМ ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ИЗУЧЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ**

**7 КЛАСС**

№	Тема урока	Элементы содержания темы	Дата / план	Дата/ факт	Д/ задание
<b>Раздел 1. Основы безопасного личности, общества и государства (31 ч)</b>					
1	Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация	Понятие об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Общие сведения об опасных природных явлениях и чрезвычайных ситуациях природного характера на территории РФ			§ 1, в. 1-3, с. 10
<b>Землетрясения (3 ч)</b>					
2	Происхождение и классификация землетрясений	Понятие о землетрясениях, их происхождение и характеристика. Понятие о сейсмических поясах и сейсмически активных районах. Сейсмически активные районы в России. Причины возникновения землетрясений. Типы волновых колебаний. Классификация землетрясений по происхождению.			§ 2, в. 6, 7, с. 18
3	Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь	Оценка землетрясений. Понятие о магнитуде и интенсивности землетрясения. Примерное соотношение между магнитудой землетрясения по шкале Рихтера и интенсивностью землетрясения по шкале Меркали. Последствия землетрясений. Меры по снижению ущерба от землетрясений.			§ 3, в.1-7, с. 24
4	Правила безопасного поведения при землетрясениях	Основные причины несчастных случаев при землетрясении. Признаки приближающегося землетрясения. Наиболее безопасные места для укрытия в здании при землетрясении. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время и после землетрясений. Правила безопасного поведения после человека, оказавшегося после землетрясения в завале			§ 4, в.5, 9, с. 32
<b>Вулканы (2 ч)</b>					
5	Общее понятие о вулканах	Понятие о вулканах и их характеристика. Территории в России, подверженные вулканическим извержениям. Причины извержения вулканов.			§ 5, в.2, 5, с.37
6	Меры по уменьшению потерь от извержения вулканов	Последствия извержения вулканов. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана, во время и после извержения.			§ 6, в.4, с.41
<b>Оползни, сели, обвалы и снежные лавины (6 ч)</b>					
7	Оползни	Понятие об оползнях и их происхождении. Природные и антропогенные факторы, влияющие на образование оползней. Оползнеопасные районы в России. Классификация оползней.			§ 7, в. 2, 4, с. 46
8	Сели (селевые потоки)	Понятие о селях и их происхождение. Причины образования селей. Селеопасные зоны в России. Классификация селей.			§ 8, в.3, 5,
9	Обвалы	Понятие об обвалах, их происхождение. Причины образования обвалов. Разно-			§ 9, в.

		видности обвалов (камнепады, обвалы грунта, обрушение ледников) и их характеристика.			3, , с. 50
10	Снежные лавины	Понятие о лавинах и их происхождение. Причина образования лавин. Лавиноопасные районы в России.			§ 10, в. 4,
11	Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин	Основные поражающие факторы и последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин. Меры по снижению потерь от оползней, селей, обвалов и лавин. Рекомендации населению, проживающему в оползне-, селе-, обвало- и лавиноопасных зонах.			§ 11, в. 2, 4, с. 59
12	Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин	Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала, снежной лавины. Правила безопасного поведения во время и после схода селя, оползня, обвала, снежной лавины, а также безопасного выхода из зоны стихийного бедствия.			§ 12, в.2- 4, с. 64
<b>Ураганы, бури, смерчи (4 ч)</b>					
13	Происхождение ураганов, бурь и смерчей	Понятие об ураганах, бурях, смерчах и причины их возникновения. Понятие о циклонах и зоны их зарождения. Шкала Бофорта и показатели, определяющие разрушающее действие воздушных масс.			§ 13, в.4,6, с. 71
14	Классификация ураганов, бурь и смерчей	Классификация ураганов в зависимости от скорости ветра. Классификация бурь в зависимости от окраски и состава частиц, а также в зависимости от скорости ветра. Классификация смерчей в зависимости от происхождения, строения, времени действия и охвата пространства.			§ 14, в. 4-6, с. 78
15	Последствия ураганов, бурь и смерчей и меры по уменьшению ущерба от них	Последствия ураганов и их особенности. Последствия пыльных и снежных бурь и их особенности. Последствия смерчей и их особенности. Мероприятия по снижению потерь от ураганов, бурь и смерчей.			§ 15, в. 3-4, с. 81
16	Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей	Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча. Правила безопасного поведения во время и после урагана, бури, смерча.			§ 16, в. 2, 5, с. 86
<b>Наводнения (3 ч)</b>					
17	Виды наводнений	Понятие о наводнении и его характеристика. Происхождение наводнений и причины возникновения. Классификация наводнений в зависимости от масштаба, повторяемости и наносимого ущерба. Классификация наводнений в зависимости от причин возникновения и их характеристика.			§ 17, в.3, 5, с. 92
18	Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них	Понятие о затоплении. Последствия затопления для населенных пунктов, сельскохозяйственных угодий и природных комплексов. Вторичные последствия наводнений. Меры по снижению потерь от наводнений.			§ 18, в.2-4, с. 94
19	Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений	Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнении. Правила безопасного поведения при внезапном наводнении: до прибытия помощи, при вынужденной само эвакуации. Правила безопасного поведения после наводнений.			§ 19, в. 3, 4, с. 98

	<b>Цунами (3 ч)</b>				
20	Причины и классификация цунами	Понятие о цунами и их характеристика. Происхождение цунами и причины их возникновения. Классификация цунами в зависимости от причин возникновения и интенсивности.			§ 20, в. 2, 4, с. 103
21	Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них	Зависимость разрушительной силы цунами от скорости волны и направления ее движения. Основные поражающие факторы цунами. Вторичные последствия разрушительного воздействия цунами. Меры по снижению потерь от цунами.			§ 21, в. 1-4, с. 106
22	Правила безопасного поведения при цунами	Признаки приближающегося цунами. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о приближении цунами. Правила безопасного поведения при внезапном приходе цунами: при эвакуации из здания; оставшись в здании. Правила безопасного поведения человека, оказавшегося в волне цунами. Правила безопасного поведения после прохождения волны цунами.			§ 22, в. 4, 5, с. 111
	<b>Природные пожары (4 ч)</b>				
23	Причины природных пожаров и их классификация	Понятие о лесных и торфяных пожарах. Основные причины возгорания лесов. Классы лесных пожаров. Классификация лесных и торфяных пожаров в зависимости от характера распространения и их характеристика.			§ 23, в. 2-4, с. 119
24	Последствия природных пожаров и способы их тушения	Основные и вторичные поражающие факторы лесных и торфяных пожаров. Основные способы тушения лесных пожаров.			§ 24, в. 5-7, с. 123
25	Предупреждение лесных и торфяных пожаров	Предупреждение лесных пожаров. Понятие о пожароопасном сезоне в лесах. Меры по предупреждению пожаров в пожароопасный сезон в лесах.			§ 25, в. 1-3, с. 127
26	Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожара и при его тушении	Правила безопасного поведения при возникновении лесных и пожаров: в зоне лесного пожара; в лесу, где возник пожар. Правила безопасного тушения небольшого пожара в лесу. Правила безопасного поведения при возникновении торфяного пожара.			§ 26, в. 3, с. 148
<b>Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений (2 ч)</b>					
27	Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии	Понятие об эпидемии, эпизоотии и эпифитотии и их классификация. Происхождение и последствия инфекционных заболеваний людей, животных и сельскохозяйственных культур.			§ 27, в. 3,4, с. 150
28	Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений.	Меры предупреждения инфекционных заболеваний людей и животных. Структура и общие правила личной гигиены. Основные мероприятия по защите сельскохозяйственных растений от инфекционных заболеваний.			§ 28, в. 1,4, с. 154
<b>Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера (2 ч)</b>					
29	Человек и стихия	Особенности психологических процессов и свойств мышления человека при оценке ситуации, угрожающей здоровью и жизни. Влияние и способы повышения психологической подготовленности человека на поведение в опасных и экстремальных ситуациях.			§ 29, в. 4, 8, с. 158

30	Характер и темперамент. Психологические особенности поведения человека при стихийных бедствиях	Понятие о темпераменте. Типы темперамента человека и его характеристики. Влияние темперамента на характер человека. Понятие о характере. Влияние характера на поведение в опасных и экстремальных ситуациях. Возникновение страха и паники при стихийном бедствии, их признаки и влияние на психику человека. Рекомендации психологической подготовке к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природного характера.			§ 30, 4, 5, с. 162
<b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (2 ч)</b>					
<b>Наложение повязок и помощь при переломах (2 ч)</b>					
31	Правила наложения повязок	Понятие о повязке и перевязке. Классификация повязок. Средства перевязки (марлевые, эластичные и трубчатые бинты) и их характеристика. Общие правила наложения повязок. Техника наложения повязок на руку и на ногу.			§ 31
32	Первая помощь при переломах, переноска пострадавших	Характеристика открытых и закрытых переломов, их особенности. Общие правила оказания первой помощи при переломе костей и способы наложения шин. Способы переноски пострадавших. Переноска пострадавших: при помощи лямок, на руках. Порядок применения различных способов транспортировки пострадавших в зависимости от места перелома.			§ 32
<b>Раздел 3. Основы здорового образа жизни (3 ч)</b>					
<b>Режим учебы и отдыха подростка (2 ч)</b>					
33	Режим – необходимое условие здорового образа жизни	Понятие о режиме. Составляющие режима дня и их характеристика. Влияние труда и отдыха на здоровье человека. Элементы режима труда и отдыха. Трудовая деятельность школьников.			§ 33
34	Профилактика переутомления и содержание режима дня	Основные принципы и содержание режима дня подростков. Примерный режим дня учащихся. Утомление и переутомление, их причины и признаки. Профилактика утомления и переутомления.			§ 34
35	Итоговый урок	Подведение итогов в виде беседы			



## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

Для учащихся:

1. Вангородский С.Н., Кузнецов М.И., Латчук В.Н.. Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс. – М.: Дрофа, 2015.
2. Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс. Рабочая тетрадь к учебнику С.Н. Вангородского, М.И. Кузнецова, В.Н. Латчука, В.В. Маркова. М.: - Дрофа, 2014 г.

Для учителя:

1. Вангородский С.Н., Кузнецов М. И., Латчук В.Н., Марков В.В. Основы безопасности жизнедеятельности. Тестовые и творческие задания. 7 класс. - М.: Дрофа, 2014 г.