**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ**

**ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**«ЮРКИНСКАЯ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

**ОРЕХОВО-ЗУЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА**

**МОСКОВСКОЙ ОБЛАСТИ**

**УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы   
 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е.А.Кулькова\_**

**Приказ № \_\_\_\_ от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 2013**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ПО ОБЖ**

**Уровень: базовый**

**Класс: 7**

**Учитель: Лазуков Н.М.**

**Учебник:** *С. Н. Вангородский, М. И. Кузнецов, В. Н. Латчук, В. В. Марков*. Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс: учебник для общеобразовательных учреждений /— М.: Дрофа, 2012

**2013 год**

**Пояснительная записка.**

**Для реализации программного содержания используется учебник:**

*С. Н. Вангородский, М. И. Кузнецов, В. Н. Латчук, В. В. Марков*. Основы безопасности жизнедеятельности. 7 класс: учебник для общеобразовательных учреждений /— М.: Дрофа, 2012.

**Исходными документами** для составления примера рабочей программы явились:

* Закон «Об образовании РФ» от 29 декабря 2012 г №273
* Приказ Минобразования России от 05.03.2004 г. № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего, и среднего (полного) общего образования»
* Письмо Минобразования России от 20.02.2004 г. № 03-51-10/14-03 «О введении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»
* Примерные программы по учебным предметам федерального базисного учебного плана Примерная программа основного общего образования по основам безопасности жизнедеятельности (базовый уровень). (Основы безопасности жизнедеятельности.. Содержание образования: Сборник нормативно-правовых документов и методических материалов. – М.: Дрофа, 2007. – 188 с. – (Современное образование).
* Федеральный перечень учебников, рекомендованных (допущенных) Министерством образования к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования на 2013/2014 учебный год, утвержденным Приказом МО РФ № 302 от 07.12.2005 г.;
* Учебный план МБОУ «Юркинская ООШ» 2013-2014 учебный год

**Предлагаемая программа рассчитана на изучение курса в 7 классе, «Основ безопасности жизнедеятельности» в основной школе в течение 35 часов учебного времени в год. Минимальное количество учебных часов в неделю – 1.**

**Цели и задачи курса:**

* Изучение и освоение основ здорового образа жизни;
* Изучение в комплексе современных проблем безопасности и жизнедеятельности, формирующее у учащихся целостное миропонимание и социально-значимую ценностную ориентацию личности;
* Ознакомление с опасностями, угрожающими человеку в современной повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера;
* Изучение и освоение основ медицинских знаний и правил оказания первой медицинской помощи в опасных и чрезвычайных ситуациях.

**Главная задача курса 7 класса –**

Дать учащимся сформировать навыки выживания в опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни: в чрезвычайной ситуации природного характера; по оказанию первой медицинской помощи при травмах; основам здорового образа жизни.

**Межпредметные связи:**

География, биология.

**Основное содержание программы**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название  раздела** | **Кол-во**  **часов** |
| **I. Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях.** | **20 часов** |
| **II. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи** | **6 ч** |
| **III.Основы здорового образа жизни**  ***Факторы, укрепляющие здоровье человека*** | **5 ч** |
| **IV. Изучение правил дорожного движения** | **4 ч.** |

**Содержание программы.**

**Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях. (20ч)**

Землетрясения и их характеристика. Происхож­дение землетрясений, причины их возникнове­ния и последствия. Меры по снижению потерь от последствий землетрясений. Правила безо­пасного поведения при заблаговременном опо­вещении о землетрясении, во время и после землетрясения.

Вулканы и их характеристика. Причины извер­жения вулканов и их последствия. Правила бе­зопасного поведения при извержении вулканов. Оползни, сели, обвалы, лавины и их характери­стика. Происхождение оползней, селей, обва­лов, лавин, причины их возникновения и по­следствия. Меры по снижению потерь от послед­ствий оползней, селей, обвалов и лавин. Прави­ла безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обва­ла. Правила безопасного поведения во время и

после схода селя, оползня, обвала, а также безо­пасного выхода из зоны стихийного бедствия. Ураганы, бури, смерчи и их характеристика. Происхождение ураганов, смерчей, бурь, причи­ны их возникновения. Меры по снижению по­терь от последствий ураганов, бурь, смерчей. Правила безопасного поведения при заблаговре­менном оповещении о приближении урагана, бури, смерча. Правила безопасного поведения во время и после ураганов, бури, смерча. Наводнения и их характеристика. Происхожде­ние наводнений, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от по­следствий наводнений. Правила безопасного по­ведения при заблаговременном оповещении о наводнениях, во время и после наводнений. Цунами и их характеристика. Происхождение цунами, причины их возникновения и последст­вия. Природные пожары (лесные, торфяные, степ­ные) и их характеристика. Происхождение при­родных пожаров, причины их возникновения и последствия. Меры по снижению потерь от по­следствий природных пожаров. Правила безо­пасного поведения при возникновении природ­ных пожаров. Правила безопасного поведения в зоне лесных пожаров и тушение лесного пожара в лесу.

Психологические основы выживания в чрезвы­чайных ситуациях природного характера. Осо­бенности психологических процессов до, во вре­мя и после стихийных бедствий. Рекомендации по психологической подготовке к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природ­ного характера.

Обучение способам оповещения населения о чрезвычайных ситуациях в городах, населен­ных пунктах и на промышленных предприяти­ях. Сигнал - «Внимание всем!»

Обучение правилам эвакуации населения. Орга­низация и проведение эвакуации.

**Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (6ч)**

Перевязочные средства. Характеристика перевязочного материала.

Отработка навыков наложения повязок на верхнюю конечность.

Отработка навыков наложения повязок на нижнюю конечность.

Первая медицинская помощь при переломах.

Транспортная иммобилизация. Правила и способы транспортировки пострадавших.

**Основы здорового образа жизни (5ч)**

Режим труда и отдыха необходимое условие жизни, обеспечивающее сохранение и укрепление здоровья. Умственная и физическая работоспособность. Профилактика переутомления и содержание режима дня.

Особенности половой функции мужчин и женщин. Поведение в период полового созревания. Знания о любви и дружбе.

Беременность. Знания о нарушениях в развитии репродуктивной системы.

Глубокое осмысление роли половых отношений в формировании репродуктивной функции девушек и юношей.

**Раздел «Закрепление практических навыков по пройденным темам» (4ч),** заменен на занятия, направленные на изучение правил дорожного движения, во исполнении письма Министра образования Московской области М.Ю. Кокуновой от 26.08.2013 г. № 10825- 13в/ 07**.**

**Требования к уровню подготовки учащихся 7 класса**

Должны:

**знать/понимать**

* основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
* правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, природного характера;

**уметь**

* действовать при возникновении лесного пожара и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
* соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
* оказывать первую медицинскую помощь при переломах, кровотечениях;
* действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения.

**использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

* обеспечения личной безопасности на природе;
* обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

**развёрнутое календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование  раздела программы | Тема урока | Кол-во ча-сов | Тип  урока | Элементы  содержания | Требования к уровню подготовки учащихся | Вид  контроля | Средства обучения | Домашнее задание | Дата проведен | |
| план | факт |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 |
|  | **Раздел 1.** Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях | **Глава 1.** Чрезвычайные ситуа­ции природного характера. | | | | | | | | | |
| 1 | Чрезвычайные ситуа­ции природного характера. | 1 | Комбинированный | Опасные природные явления и стихийные бедствия на территории России. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. | Знать возможные чрезвычайные ситуации природного характера, наиболее вероятные для района проживания. | Фронтальный | учебник | Раздел 1  Глава 1 |  |  |
|  | Глава 2. Землетрясения. | | | | | | | | | |
| 2 | Происхождение земле­трясений. Как оценивают землетря­сения. | 1 | Комбинированный | Происхождение землетрясений. Сейсмические пояса. Причины землетрясений. Классификация землетрясений. Шкала Меркали. Магнитуда по Рихтеру. | Знать: причины возникновения землетрясений; сейсмически опасные районы России.  Уметь оценивать землетрясения по степени разрушений. | Фронтальный | Видеофильм | Раздел 1  П.2.1  П.2.2 |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 3 |  | Последствия землетрясе­ний. Меры по уменьшению по­терь от землетрясений. | 1 | комбинированный | Последствия землетрясений. Меры по уменьшению потерь от землетрясений. | Знать основные мероприятия по защите населения от землетрясений и их последствия.  Иметь представление о последствиях землетрясений.  Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от землетрясений. | Фронтальный | учебник | Раздел1  П.2.3.  П.2.4. |  |  |
| 4 | Правила безопасного по­ведения при землетрясениях. | 1 | Комбинированный | Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о землетрясении. Безопасные места для укрытия в здании. Правила безопасного поведения во время внезапного землетрясения. | Знать: способы оповещения о землетрясении и правила безопасного поведения; основные мероприятия по защите населения от землетрясений.  Уметь: эвакуироваться из здания при землетрясении; правильно вести себя, оказавшись в завале. | Фронтальный | учебник | Раздел 1  П.2.5. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Глава 3. Вулканы. | | | | | | | | | |
| 5 | Происхождение и виды вулканов.  Последствия извержения вулканов. | 1 | Комбинированный | Историческая справка. Происхождение и виды вулканов. Последствия извержения вулканов. Палящая туча. Лава. Палящая лавина. | Знать, что собой представляет «палящая туча» и чем она опасна для человека.  Иметь представление о последствиях извержения вулканов. | Тест (15мин) | презентация | Раздел1  П.3.1.  П.3.2. |  |  |
| 6 | Меры по уменьшению по­терь от извержения вулканов. | 1 | Комбинированный | Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов. Правила поведения во время извержения вулканов. | Знать основные мероприятия по защите населения от извержения вулканов.  Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от извержения вулканов.  Уметь защищать органы дыхания в случае извержения вулкана. | Фронтальный | учебник | Раздел 1  П.3.3. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Глава 4. Оползни, сели, обва­лы. | | | | | | | | | |
| 7 | Оползни. Сели (селевые потоки). | 1 | Комбинированный | Классификация оползней (по масштабу; по месту образования; по мощности). Понятие сели. Классификация селей (по составу переносимого твердого материала; по мощности; по высоте истока). | Знать основные причины образования оползней и селей. | Тест (10мин) | презентация | Раздел1  П.4.1.  П.4.2. |  |  |
| 8 | Обвалы. Снежные лавины. | 1 | Комбинированный | Понятие обвала. Классификация обвалов (по мощно-сти, по масштабу). Понятие лавины. Причины возникнове-ния снежных лавин. | Знать основные причины обвалов, снежных лавин. | индивидуальный | презентация | Раздел 1  П. 4.3.  П. 4.4. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 9 |  | Последствия оползней, селей, обвалов и лавин и меры по уменьшению ущерба от них. Правила безопасного по­ведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и ла­вин. | 1 | Комбинированный | Последствия оползней, селей, обвалов и лавин и меры по уменьшению ущерба от них. Правила безопасного по­ведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и ла­вин. Правила поведения при внезапном сходе селя, оползня, лавины, обвала. | Знать: способы оповещения об угрозе оползней, селей, обвалов, снежных лавин; основные мероприятия по защите населения от оползней, селей, обвалов, снежных лавин и их последствий.  Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от оползней, селей, обвалов и снежных лавин. | фронтальный | учебник | Раздел 1.  П. 4.5.  П.4.6. |  |  |
|  | Глава 5. Ураганы, бури, смер­чи. | | | | | | | | | |
| 10 | Происхождение и виды ураганов, бурь, смерчей. | 1 | Комбинированный | Циклон. Шкала Бофорта. Области зарождения тропических циклонов. Ураган. Классификация ураганов. Буря. Классификация бурь. Классификация смерчей | Знать где зарождаются ураганы, как образуется смерч. | Тест (10мин) | презентация | Раздел 1.  П.5.1. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 11 |  | Последствия ураганов, бурь, смерчей. | 1 | Комбинированный | Зарождение урагана. Опасность урагана. Последствия ураганов. Последствие бурь (снежных, пыльных). Разрушительная сила смерча. | Иметь представление о последствиях ураганов, бурь и смерчей. | Фронтальный | Видеофильм | Раздел 1.  П. 5.2. |  |  |
| 12 | Меры по уменьшению ущерба от ураганов, бурь, смерчей. Правила безопасного по­ведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей. | 1 | Комбинированный | Меры по уменьшению ущерба от ураганов, бурь, смерчей. Оповещение населения об угрозе ураганов, бурь, смерчей. Правила поведения при заблаговременном оповещении об угрозе ураганов, бурь, смерчей. | Знать: способы оповещения об ураганах, бурях, смерчах; основные мероприятия по защите населения от ураганов, бурь, смерчей и их последствий.  Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от ураганов, бурь, смерчей. | Тест (10мин) | учебник | Раздел 1.  П.5.3.  П. 5.4. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  | Глава 6. Наводнения. | | | | | | | | | |
| 13 | Происхождение и виды наводнений.  Последствия наводнений. | 1 | Комбинированный | Происхождение и виды наводнений. Причины возникно-вения наводнений. Классификация наводнений. Последствие наводнений (затопление, подтопление). | Знать способы оповещения о наводнениях.  Иметь представление о последствиях наводнений. | Тест (10мин) | Видеофильм | Раздел 1.  П.6.1.  П.6.2. |  |  |
| 14 | Меры по уменьшению ущерба от наводнений. Правила безопасного по­ведения при угрозе и во время наводнений. | 1 | Комбинированный | Меры по уменьшению ущерба от наводнений. Правила поведения при заблаговременном оповещении о наводнении. Правила поведения при внезапном наводнении. | Знать основные мероприятия по защите населения от наводнений и их последствий.  Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от наводнений.  Уметь подавать сигналы бедствия. | Фронтальный | учебник | Раздел 1  П. 6.3.  П. 6.4. |  |  |
|  | Глава 7. Цунами. | | | | | | | | | |
| 15 | Происхождение и класси­фикация цунами. Последствия цунами. | 1 | Комбинированный | Происхождение и классификация цунами. Последствия цунами. | Знать причины возникновения цунами. Иметь представление о последствиях цунами. | Тест (15мин) | видеофильм | Раздел 1.  П. 7.1.  П.7.2. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 16 |  | Прогнозирование цунами и меры по уменьшению ущер­ба от них. Правила безопасного по­ведения при цунами. | 1 | Комбинированный | Прогнозирование цунами. Признаки близкого цунами. Правила поведения при заблаговременном оповещении о приближении цунами. Правила поведения при внезапном приходе цунами. Правила поведения в волне. | Знать способы оповещения о приближении цунами.  Владеть навыками по защите населения от цунами.  Уметь прогнозировать цунами по поведению животных. | Фронтальный | учебник | Раздел 1.  П. 7.3.  П. 7.4. |  |  |
|  | Глава 8. Лесные и торфяные | | | | | | | | | |
| 17 | Происхождение и класси­фикация лесных и торфяных пожаров Последствия лесных и торфяных пожаров. | 1 | Комбинированный | Причины возникновения лесных пожаров. Классы лесных пожаров. Классификация лесных и торфяных пожаров. Последствия лесных и торфяных пожаров. | Знать причины лесных и торфяных пожаров.  Иметь представление о последствиях лесных и торфяных пожаров.  Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от лесных и торфяных пожаров. | Тест (10мин) | видеофильм | Раздел 1.  П. 8.1.  П.8.2. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 18 |  | Предупреждение лесных и торфяных пожаров. Правила безопасного по­ведения при нахождении в зо­не лесного пожара и его туше­нии. | 1 | Комбинированный | Предупреждение лесных и торфяных пожаров. В пожароопасный сезон в лесу запрещается. Правила безопасного поведения при нахождении в зоне лесного пожара и его тушении. | Знать: способы оповещения о лесных и торфяных пожарах; основные мероприятия по защите населения от лесных и торфяных пожаров и их последствий.  Уметь выходить из зоны лесного пожара.  Владеть навыками выполнения мероприятий по защите от лесных и торфяных пожаров. | Фронтальный | учебник | Раздел 1 П.8.3.  П.8.4. |  |  |
|  | Глава 9. Психологические ос­новы выживания в ЧС. | | | | | | | | | |
| 19 | Человек и стихия. Характер и темперамент. | 1 | Комбинированный | Человек и стихия. Характер и темперамент. Типы темперамента. Влияние темперамента на формирование характера. Поведение человека в чрезвычайных ситуации в зависимос-ти от характера. | Знать от чего зависит характер человека.  Уметь развивать черты характера, помогающие для выживания. | Тест (10мин) | учебник | Раздел 1.  П. 9.1.  П. 9.2. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 20 |  | Психологические особен­ности поведения человека во время и после стихийного бедствия. | 1 | Комбинированный | Психологические особенности поведения человека во время стихийного бедствия. Психологические особенности поведения человека после стихийного бедствия. | Иметь представление об особенностях психологических процессов человека до, во время и после стихийных бедствий.  Уметь справляется со своими чувствами и эмоциями. | Фронтальный | учебник | Раздел 1.  П. 9.3.  П. 9.4. |  |  |
|  | **Раздел 2.** Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи | Глава 1. Правила наложения повязок. | | | | | | | | | |
| 21 | Повязки. Общая характеристика. | 1 | Комбинированный | Характеристика перевязочного материала. Правила наложения повязок. | Знать: основные перевязочные материалы; знать общие правила наложения повязок. | Фронтальный | учебник | Раздел 2.  П.1.1. |  |  |
| 22 | Отработка практических навыков наложения повязок на руку. | 1 | Комбинированный | Наложение повязки на кисть. Наложение повязки на локтевой сустав. Наложение повязки на плечевой сустав. | Знать правила наложения повязок на руку.  Уметь накладывать повязку на кисть, локтевой сустав. | Тест (7мин) | бинты | Раздел2.  П.1.2. |  |  |
| 23 | Отработка практических навыков наложения повязок на ногу. | 1 | Комбинированный | Наложение повязки на коленный сустав. Наложение повязки на голеностопный сустав. Наложение повязки на область пятки. | Знать правила наложения повязок на ногу.  Уметь накладывать повязку на коленный сустав, на область пятки, на голеностоп-ный сустав. | Фронтальный | бинты | Раздел 2.  П. 1.3. |  |  |
|  |  | Глава 2. Оказание помощи пострадавшим при переломах и их эвакуация. | | | | | | | | | |
| 24 | Правила оказания первой медицинской помощи при переломах. | 1 | Комбинированный | Основные принци-пы транспортной иммобилизации. Общие правила оказания ПМП при переломах. Правила оказания ПМП при переломах костей верхних конечностей. Правила оказания ПМП при переломах костей нижних конечностей. | Знать основные принципы транспортной иммобилизации, правила ПМП при переломах верхних и нижних конечностей.  Уметь накладывать шины на поврежденные конечности. | Тест  (5мин) | учебник | Раздел2  П.2.1. |  |  |
| 25 | Отработка навыков наложения шин на конечности. | 1 | Комбинированный | Правила оказания ПМП при переломах костей верхних конечностей. Правила оказания ПМП при переломах костей нижних конечностей. | Знать основные принципы транспортной иммобилизации, правила ПМП при переломах верхних и нижних конечностей.  Уметь накладывать шины на поврежденные конечности. | Фронтальный | Шины, бинты | Раздел2  П.2.1. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 26 |  | Способы эвакуации пострадавших. | 1 | Комбинированный | Способы безносилочной транспортировки (эвакуации) пострадавших. | Знать способы безносилочной транспортировки пострадавших в зависимости от места перелома.  Уметь переносить пострадавшего на руках. | Фронтальный | учебник | Раздел2  П.2.2. |  |  |
|  | **Раздел 3.** Основы здорового образа жизни | Глава 1. Режим учебы и отдыха подростка | | | | | | | | | |
| 27 | Режим - необходимое условие здорового образа жизни. | 1 | Комбинированный | Режим – необходимое условие ЗОЖ. Навыки ЗОЖ. | Знать значение режима дня для формирования ЗОЖ.  Уметь соблюдать режим дня. | Тест (10мин) | учебник | Раздел 3.  П.1.1. |  |  |
| 28 | Умственная и физическая  работоспособность. | 1 | Комбинированный | Умственная и физическая работоспособность. Умственное утомление и его последствие. Функции организма в различные промежутки времени. | Знать о функциях организма в различные промежутки времени.  Уметь следить за работоспособностью организма. | Фронтальный | учебник | Раздел 3.  П. 1.2. |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 29 |  | Профилактика переутомления и содержание режима  дня. | 1 | Комбинированный | Составление режима дня с учетом традиции семьи.  Бюджет времени.  Периоды самоподготовки. | Знать о режиме труда и отдыха как необходимом условии жизни, обеспечивающим укрепление и сохранение здоровья. | Фронтальный | учебник | Раздел3  П.1.3. |  |  |
|  | Глава 2. Основы репродуктивного здоровья подростков. | | | | | | | | | |
| 30 | Проблемы сексуальных отношений в подростковом возрасте. | 1 | Комбинированный | Влюбленность и эротика. Проблемы сексуальных отношений в подростковом возрасте. | Иметь представление о взаимоотношении полов в подростко-вом возрасте; о роли половых отношений в формировании репродуктивной функции девушек и юношей. | Тест (10мин) | учебник | Раздел 3.  П. 2.1.  П.2.2. |  |  |
| 31 | Беременность и подрос­ток. | 1 | Комбинированный | Понятие беременности. Нежелательная беременность. Аборт и его последствия. | Иметь представление о нежелательной беременности, аборте и его последствиях; об опасности ранних половых связей. | Фронтальный | учебник | Раздел 3  П.2.3. |  |  |
|  | ПДД | | | | | | | | | |
| 32 | Дорожные «ловушки». | 1 | Комбинированный |  |  | Фронтальный |  | кроссворд |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 33 |  | Светофоры для пешеходов. | 1 | Комбинированный |  |  | Фронтальный |  | Записи в тетради |  |  |
| 34 | Как мы знаем правила дорожного движения. | 1 | Комбинированный |  | . | Фронтальный |  | сообщения |  |  |
| 35 | Урок-игра: «Правила дорожного движения» | 1 | Комбинированный | Основные правила ПДД, первая медицинская помощь при травмах. | Знать основные правила ПДД.  Уметь накладывать повязки, оказывать ПМП при переломах конечностей. |  | Бинты, шины |  |  |  |

**Учебно-методическое обеспечение**

Основная литература:

1. Л.В. Байбородова, Ю.В.Индюков «Методика обучения основам безопасности жизнедеятельности». М., «Владос», 2003г.

2. Г.А. Колодницкий, В.Н. Латчук «Оценка качества подготовки выпускников основной школы по Основам безопасности жизнедеятельности». М., «Дрофа», 2001г.

3. В.Н. Латчук, С.К. Миронов «Тетрадь для оценки качества знаний по Основам безопасности жизнедеятельности 7 класс», М., «Дрофа», 2008г

4. Л.А. Михайлов, А.В. Старостенко « ОБЖ 7 классы», Санкт-Петербург, «Союз», 2001г.

5. А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников «Основы безопасности жизнедеятельности 7 класс». М., «Просвещение», 2008г.

6. А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин «Методические материалы и документы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности», М., «Просвещение», 2001г.

7. М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов и др.; под редакцией Ю.Л. Воробьева «Основы безопасности жизнедеятельности 7 класс». М., «Астрель», 2006г.

Дополнительная литература

1. С.В. Баленко «Школа выживания», М., «Эксмо», 1992г.

2. В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова «Основы медицинских знаний», М., «Астрель»,2005г.

3. В.Д. Зазулинский «Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях», М., «Экзамен», 2006г.

4. В.Н. Латчук, В.В. Марков, М.П. Фролов «Дидактические материалы ОБЖ 5-9 классы», М., «Дрофа», 2000г.

5. В.И. Мишин «Настольная книга учителя основ безопасности», М., «Астрель», 2002г.

7. О.В. Пахнутова «ОБЖ 7 класс. Поурочные планы по учебнику А.Т. Смирнова и др.», Волгоград, «Корифей», 2006г.

8. В.П. Ситников «Что делать в экстремальных ситуациях», М., «Эксмо», 2004г.

9. С.С. Соловьев «Тематический контроль по курсу «ОБЖ» (комплект тестовых заданий для учащихся 7 классов), М., «Интеллект - Центр», 2002г.

10. Г.Н. Шевченко «ОБЖ. 7 класс. Поурочные планы», Волгоград, «Учитель», 2005г.

**Согласовано**

**Зам.директора по УВР\_\_\_\_\_\_\_\_Тяжелова М.Г.**

**«29» августа 2013 год**