

Муниципальное общеобразовательное учреждение Степноанненковская средняя школа  
Муниципального образования «Цильнинский район» Ульяновской области

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

\_\_\_\_\_Залалова И.П.

Протокол №1 30 августа 2023 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

\_\_\_\_\_Киселева Н.И.

Приказ № 204 от 31 августа 2023 г.

## **Рабочая программа**

по ОБЖ

**Класс 7**

**Уровень образования - базовый**

**Срок реализации программы - 2023-2024 учебный год**

**Количество часов по учебному плану: всего 34 часа в год;**

1 час в неделю

**Составлена на основе Программы по обж: 5-11 классы./Авторы программы:  
А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. Москва «Просвещение» 2010 год.**

**Учебник: ОБЖ: 7 класс / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. Москва  
«Просвещение» 2014 год.**

Разработана учителем Балякиной Р.В.

РАССМОТРЕНА

На заседании ШМО учителей  
предметников.

Протокол № 1 от 30.08.2023 г

## **1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРЕДМЕТА**

### **Личностные результаты:**

- \* усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- \* развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- \* формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- \* воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности;
- \* усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- \* формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- \* осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам семьи;
- \* формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.

### **Метапредметными результатами обучения основам безопасности жизнедеятельности являются:**

- \* овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- \* овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- \* формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;
- \* приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- \* развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- \* освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- \* формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

### **Предметными результатами обучения ОБЖ являются:**

#### **1. В познавательной сфере:**

- \* знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой

медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

2. В ценностно-ориентационной сфере:

\* умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

\* умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

\* умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.

3. В коммуникативной сфере:

\* умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

4. В эстетической сфере:

\* умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.

5. В трудовой сфере:

\* знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

\* умения оказывать первую медицинскую помощь.

6. В сфере физической культуры:

\* формирование установки на здоровый образ жизни;

\* развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;

\* умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

**Выпускник получит возможность:**

- изучить основные понятия здоровья и факторов, влияющих на него;
- узнать потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- рассмотреть основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения;
- знать функции, предназначение и задачи РСЧС;
- знать функции, предназначение и задачи гражданской обороны, организацию гражданской обороны в учебном заведении.
- изучить основы Российского законодательства об обороне государства, о воинской обязанности и военной службе граждан;
- изучить состав и предназначение Вооружённых Сил Российской Федерации;

**Выпускник научится:**

- использовать полученные знания в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни;
- умения действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- пользования бытовыми приборами;
- использования по назначению лекарственных препаратов и средств бытовой химии;
- пользования бытовыми приборами экологического контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- соблюдения общих правил безопасного дорожного движения;
- соблюдения мер пожарной безопасности дома и на природе;
- соблюдения мер безопасного поведения на водоёмах в любое время года;
- соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний;

- оказания первой помощи в неотложных состояниях;
- вызова (обращения) за помощью в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи;
- подготовки себя к профессиональной деятельности, в том числе и к военной службе

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРЕДМЕТА

### Модуль 1. «Основы безопасности личности, общества и государства»(24 ч.).

#### Раздел 1. «Основы комплексной безопасности».

##### *Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.*

Пожарная безопасность  
Безопасность на дорогах  
Безопасность в быту  
Безопасность на водоёмах  
Экология и безопасность.

##### *Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях.*

Подготовка к активному отдыху на природе  
Активный отдых на природе и безопасность  
Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности.  
Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде.

##### *безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.*

ЧС природного характера  
ЧС техногенного характера  
Современный комплекс проблем безопасности социального характера.

### Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.(8 ч.)

#### *Организация защиты населения РФ от ЧС.*

Правовые основы обеспечения защиты населения от ЧС мирного и военного времени.  
Организационные основы по обеспечению защиты населения от ЧС мирного и военного времени.  
Основные мероприятия, проводимые в РФ, по защите населения от ЧС мирного и военного времени

### Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.

#### *Экстремизм и терроризм - чрезвычайные опасности для общества и государства.*

Основные причины возникновения терроризма и экстремизма.  
Противодействие терроризму в мировом сообществе.

#### *Нормативно-правовая база борьбы с экстремизмом и терроризмом в Российской Федерации.*

Положения Конституции РФ.  
Стратегия национальной безопасности РФ до 2020 г.  
Стратегия государственной антинаркотической политики РФ до 2020 г.  
Концепция противодействия терроризму в РФ.  
Содержание законов РФ о противодействии терроризму и экстремистской деятельности.  
Национальный антитеррористический комитет (НАК).

Деятельность Федеральной службы контроля наркотиков России (ФСКН России) по остановке развития наркосистемы, изменению наркоситуации, ликвидации финансовой базы наркомафии.

Профилактика наркозависимости.

### ***Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.***

Роль правоохранительных органов и силовых структур в борьбе с терроризмом и проявлениями экстремизма.

Контртеррористическая операция.

Участие ВС РФ в борьбе с терроризмом.

### ***Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму.***

Роль нравственной позиции и выработка личных качеств в формировании антитеррористического поведения.

Влияние уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности на формирование антитеррористического поведения.

Профилактика террористической и экстремистской деятельности.

### ***Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и за участие в террористической и экстремистской деятельности.***

Уголовный кодекс РФ об ответственности за антиобщественное поведение, участие в террористической и экстремистской деятельности.

Наказание за участие в террористической и экстремистской деятельности.

### ***Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта.***

Взрывы в местах массового скопления людей.

Захват воздушных и морских судов, автомашин и других транспортных средств и удержание в них заложников.

Правила поведения при возможной опасности взрыва.

Правила безопасного поведения, если взрыв произошёл.

Меры безопасности в случае похищения или захвата самолёта. Правила поведения при перестрелке.

## **Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни ( 10 ч.).**

### **Раздел 4. Основы здорового образа жизни.**

#### ***Здоровый образ жизни и его составляющие.***

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни.

Составляющие здорового образа жизни.

#### ***Факторы, разрушающие здоровье.***

Вредные привычки и их влияние на здоровье (курение, употребление алкоголя, наркомания).

Ранние половые связи и их отрицательные последствия для здоровья человека.

Инфекции, передаваемые половым путём, и их профилактика.

#### ***Правовые аспекты взаимоотношения полов.***

Семья в современном обществе.

### **Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.**

#### ***Оказание первой помощи.***

Первая помощь и правила её оказания.

Средства оказания первой помощи.

Основные неинфекционные заболевания и их профилактика.

Наиболее часто встречающиеся инфекционные заболевания, их возбудители, пути передачи, меры профилактики.

Первая помощь при неотложных состояниях.

Правила оказания первой помощи при неотложных состояниях.

***Первая помощь при массовых поражениях.***

Комплекс простейших мероприятий по оказанию первой помощи при массовых поражениях.

### 3.ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

	<b>Название раздела</b>	<b>Количество часов</b>
<b>1</b>	<b>Основы безопасности личности, общества, государства.</b>	<b>24</b>
	<p style="text-align: center;">Раздел 1. «Основы комплексной безопасности».</p> <p style="text-align: center;">Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.</p> <p style="text-align: center;">Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях, безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера</p> <p style="text-align: center;">Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.</p> <p style="text-align: center;">Организация защиты населения РФ</p> <p style="text-align: center;">Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.</p> <p style="text-align: center;">Экстремизм и терроризм - чрезвычайные опасности для общества и государства.</p> <p style="text-align: center;">Нормативно-правовая база борьбы с экстремизмом и терроризмом в Российской Федерации.</p> <p style="text-align: center;">Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</p> <p style="text-align: center;">Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму.</p> <p style="text-align: center;">Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и за участие в террористической и экстремистской деятельности.</p> <p style="text-align: center;">Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта.</p>	
	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	

2	<p><b>Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b></p> <p>Раздел 4. Основы здорового образа жизни. Здоровый образ жизни и его составляющие. Факторы, разрушающие здоровье. Правовые аспекты взаимоотношения полов</p> <p>Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи. Оказание первой помощи. Первая помощь при массовых поражениях.</p>	10
<b>Итого</b>		<b>34ч</b>



**Календарно-тематическое планирование – 7 класс**

№ п/п Дата план/ факт	Тема, тип урока, форма проведения	Элемент содержания	Требования к уровню достижения			Контрольно - оценочная деятельност ь		Средства обучения		До м За да ни е
			иметь пред- став- ление	знать	уметь/ иметь опыт применять на практике	вид	форм а	демон страц ии, опыт ы	интерн ет ресурс ы	
<b>Модуль №I Основы безопасности личности, общества и государства (24 ч)</b>										
<b>Раздел № 1 «Основы комплексной безопасности» (16 часа)</b>										
<b>Тема №1 Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера (3 часа)</b>										
1 /	Различные природные явления и причины их возникновения (комб)	Различные природные явления и причины их возникновения	О причина х возникн ования природн ых явлений	Различные природные явления	Уметь использовать приобрет. знания повседневной жизни	опро с	устны й	презе нтаци и		1.1
2 /	Общая характеристика природных явлений (комб)	Оболочка Земли: литосфера, атмосфера, гидросфера и биосфера. Круговорот веществ и энергии в географической оболочке	Об Оболочк е Земли: литосфе ре, атмосфе	Общую характеристи ку природных явлений	Использовать приобретенны е знания в повседневной жизни	опро с	устны й	презе нтаци и		1.2

			ре, гидросф ере и биосфер . Кругово роте веществ и энергии в географ ической оболочк е							
3	Опасные и чрезвычайные ситуации. Общие понятия и определения (комб)	Опасные и чрезвычайные ситуации. Общие понятия и определения	Об Чрезвыч айных ситуаци ях	Виды ЧС	Использовать приобретенны е знания в повседневной жизни	опро с	устны й	презе нтаци и		1
<b>Тема №2 Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их причины и последствия (4 ч.)</b>										3
4	Землетрясение. Причины возникновения землетресения и его возможные последствия (комб)	Геологические процессы, происходящие в литосфере Земли, в результате которых возникают землетрясения. Очаг, магнитуда, эпицентр. Основные районы на территории России, где вероятность землетрясений	О причина х возникн ования землетр ясений	Причины возникновен ия землетресени я	Использовать приобретенны е знания в повседневной жизни	опро с	устны й			2.1

		велика								
5	Правила безопасного поведения населения при землетрясении (комб)	Правила поведения во время землетрясения в различных ситуациях: если землетрясение застало вас дома, на улице, в школе	О мероприятиях проводимых по защите населения от землетрясений	Комплексы мероприятий для защиты населения	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	опрос	устный	презентации		2.3
6	Вулканы, извержения вулканов, расположение вулканов на Земле (комб)	Типы вулканов. Предвестники извержения вулканов. Образование лавовых потоков, вулканических грязевых потоков, выпадения твердых вулканических продуктов, образование палящей вулканической тучи	Об алгоритме действий при землетрясении	Правила поведения при землетрясении	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	опрос	устный	презентации		2.4
7	Обвалы и снежные лавины (комб)	Обвалы и снежные лавины, их причины и последствия	О вулканах	Типы вулканов. Предвестники и извержения вулканов.	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	опрос	устный	презентации		2.7
<b>Тема №3 Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения, их причины и последствия (2 ч)</b>										
8	Ураганы и бури, причины их возникновения, их возникновения,	Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия. Циклоны, их строение, скорость	О последствиях извержения	Последствия после извержения вулканов	Использовать приобретенные знания при пожаре	опрос	устный	Презентации, видео		3.1

	возможные последствия (комб)	перемещения. Комплекс мероприятий, проводимых по защите населения от последствий ураганов и бурь в рамках задач, решаемых РСЧС.	ния вулканов					фильм		
9	Смерчи (комб)	Основные понятия и определения. Характеристика смерча, разрушительная сила смерча	Об оползнях и причинах их возникновения	Оползни, их последствия, меры по защите населения	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	опрос	устный	Презентации, видеофильм		3.3
<b>Тема №4 Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения, их причины и последствия (4 ч.)</b>										
10	Наводнения. Виды наводнений и их причины (комб)	Природные явления гидрологического происхождения, вызывающие наводнения. Наводнения связанные со стоком воды во время половодья. Наводнения, формируемые за счет паводка	О причинах и видах наводнений	Природные явления гидрологического происхождения, вызывающ наводнения.	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	опрос	устный	Презентации, видеофильм		4.1
11	Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения (комб)	Возможные последствия наводнения. Прогнозирование наводнений, строительство защитных сооружений, оповещение населения, организация эвакуации и	О мерах проводимых для защиты населения от наводне	Действия населения во время наводнения	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	Решение ситуационных задач	устный	Презентации, видеофильм		4.3

		спасательных работ	ний							
12	Сели и их характеристика (комб)	Сели и их характеристики, причины возникновения селей.	О селях и причинах возникновения	Причины возникновения селей	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	опрос	устный	Презентации, видеофильм		4.4
13	Цунами и их характеристика (комб)	Общая характеристика цунами, причины их возникновения, возможные последствия.	Цунами и их последствиях	Алгоритм действий при возникновении цунами		опрос	устный	Презентации, видеофильм		4.6

**Тема №5 Чрезвычайные ситуации биологического происхождения, их причины и последствия(3 ч)**

14	Лесные и торфяные пожары и их характеристика (комб)	Лесные и торфяные пожары, виды пожаров, классификация лесных пожаров. Последствия лесных пожаров для населения и окружающей среды.	Видах пожаров и их характеристиках	Классификацию лесных пожаров, причины возгорания	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	опрос	устный	Презентации, видеофильм		5.1
15	Эпидемии (контрольная работа)	Инфекционные болезни человека, причины их возникновения. Классификация инфекционных заболеваний по способу передачи инфекции от больного к здоровому. Эпидемический процесс и факторы, его	Инфекционных заболеваний, причинах их возникновения	Классификацию Инфекционных заболеваний	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	Контрольный тест	письменно	тест		5.3

		определяющие.								
16	Эпизоотии и эпифитотии (комб)	Инфекционные болезни животных и растений. Причина их возникновения, краткая характеристика. Противоэпизоотические и противоэпифитотические мероприятия	Инфекционные болезни животных	Инфекционные болезни животных и растений, причина их возникновения	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	опрос	устный	Презентация		5.4
<b>Раздел II Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций(8 ч)</b>										
<b>Тема №2 Чрезвычайные ситуации геологического происхождения и защита населения (3ч)</b>										
17	Защита населения от последствий землетрясений (комб)	Комплекс мероприятий, проводимых по защите населения от последствий землетрясений в рамках задач, решаемых РСЧС. Прогнозирование землетрясений	О мероприятиях проводимых по защите населения от землетрясений	Комплексы мероприятий для защиты населения	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	Решение ситуационных задач	устный	Презентации, видеофильм		2.2
18	Последствия извержения вулканов. Защита населения (комб)	Образование лавовых потоков, вулканических грязевых потоков, выпадения твердых вулканических продуктов, образование палящей вулканической тучи	О последствиях извержения вулканов	Последствия после извержения вулканов	Использовать приобретенные знания при пожаре	Решение ситуационных задач	устный	Презентации, видеофильм		2.5
19	Оползни, их последствия, защита	Оползни, их последствия, защита населения Классификация по	Об оползнях и	Оползни, их последствия, меры по	Использовать приобретенные знания в	Решение ситуационных	устный	Презентации,		2.6

	населения (комб)	занимаемой ими площади. Обвалы и снежные лавины, их причины и последствия	причина их возникновения	защите населения	повседневной жизни	ац. задача		видео фильм		
<b>Тема №3 Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения и защита населения(1 ч)</b>										
20	Защита населения от последствий ураганов и бурь (комб)	Комплекс мероприятий, проводимых по защите населения от последствий ураганов и бурь в рамках задач, решаемых РСЧС.	О защите населения от последствий ураганов	Меры по защите населения от последствий ураганов и бурь	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	Решение ситу ац. задача	устны й	Презе нтаци и, видео филь м		3.2
<b>Тема №4 Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения и защита населения(3 ч)</b>										
21	Защита населения от последствий наводнений (комб)	Возможные последствия наводнения. Прогнозирование наводнений, строительство защитных сооружений, оповещение населения, организация эвакуации и спасательных работ.	О мерах проводимых для защиты от наводн	меры провод. для защиты населения от наводнений	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	Реше ние ситу ац. зада ч	устны й	Презе нтаци и, видео филь м		4.2
22	Защита населения от последствий селевых потоков (комб)	Защита населения от селевых потоков. Рекомендации населению , проживающему в селеопасных районах	Мерах предпри нимаем ых для защиты населен ия	Алгоритм действий при возникновен ии селевого потока	Использовать приобретенны е знания в повседневной жизни	Реше ние ситу ац. зада ч	устно	Презе нтаци и, видео филь м		4.5
23	Защита	Организация защиты	Организ	Алгоритм	Использовать	Реше	устно	Презе		4.7

	населения от цунами (комб) <sup>от</sup>	населения от последствий цунами. Подготовка населения к безопасному поведению при угрозе возникновения цунами, во время цунами и после его.	аии защиты населения	действий при возникновении цунами	приобретенные знания в повседневной жизни	ние ситу ац. зада ч		нтации, видеофильм		
--	--	---	----------------------	-----------------------------------	---	---------------------	--	--------------------	--	--

**Тема №5 Чрезвычайные ситуации биологического происхождения и защита населения(3 ч)**

24	Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения (комб)	Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения. Общие рекомендации по безопасному поведению при нахождении вблизи очага пожара в лесу.	Профилактике лесных пожаров	Меры профилактики лесных пожаров	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	Решение ситу ац. зада ч	устно	Презентации,		5.2
----	---	--	-----------------------------	----------------------------------	--	-------------------------	-------	--------------	--	-----

**Модуль II «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» (11 часов)**

**Раздел №3 Основы здорового образа жизни (7 ч)**

**Тема №6 Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека (7 ч.)**

25	Психологическая уравновешенность (комб)	Психологическая уравновешенность, ее значение в формировании системы здорового образа жизни и обеспечения личной безопасности.	Психологической уравновешенности		Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	опрос	устный	презентации		6.1
26	Стресс и его влияние на человека (комб)	Общие понятия и определение стресса. Стресс и стадии развития общего адаптационного развития. Влияние стресса на состояние здоровья человека.	Стрессе и его влияния на человека	Стресс и стадии развития	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	опрос	устный	презентации		6.2

27	Анатомно-физиологические особенности человека в подростковом возрасте (комб)	Анатомно-физиологические особенности человека в подростковом возрасте. Особенности развития организма человека в подростковом возрасте. Физическое развитие, индивидуальные особенности.	Анатомно-физиологические особенности человека	Анатомно-физиологические особенности подросткового возраста.	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	опрос	устный	презентации		6.3
28	Формирование личности подростка при его взаимоотношении со взрослыми (комб)	Значение правильного общения со взрослыми, особенно с родителями, для социального развития человека в подростковом возрасте.	Значение и правильного общения со взрослыми	Правила общения со взрослыми	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	опрос	устный	презентации		6.4
29	Формирование личности подростка при его взаимоотношении со сверстниками (комб)	Рост потребности общения со сверстниками, пути достижения признания среди сверстников. Возможные конфликтные ситуации при общении со сверстниками.	Особенностях общения со сверстниками	Особенности общения со сверстниками	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	опрос	устный	презентации		6.5
30	Формирование личности подростка при его взаимоотношении	Факторы, определяющие развитие взаимоотношений со сверстниками противоположного пола. Духовная и социальная	О факторах влияния на	Факторы, определяющие развитие взаимоотношений со	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	опрос	устный	презентации		6.6

	ии со сверстниками противоположного пола (комб)	зрелость и ее значение в определении стиля поведения с лицами противоположного пола.	развитие взаимоотношений со сверстниками противоположного пола	сверстникам и						
31	Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних (комб)	Ответственность несовершеннолетних. Значение правового воспитания для социального подростка. Правонарушения совершаемые подростками. Уголовная ответственность несовершеннолетних	Особенностях взаимоотношений подростка и общества	Ответственность несовершеннолетних.	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	опрос	устный	презентации		6.7

**Раздел IV Основы медицинских знаний и оказание первой доврачебной помощи (4 ч.)**

**Тема №7 Первая помощь при неотложных состояниях(4 ч)**

32	Общие правила оказания первой помощи (комб)	Общие понятия и определения первой медицинской помощи, доврачебной помощи, первой врачебной помощи. Общий порядок действий при оказании ПМП. Когда необходимо вызывать «скорую помощь»	Общие правила оказания первой помощи	Общие правила оказания ПМП	Использовать приобретенные знания в повседневной жизни	Решение ситуационных задач	устно	Презентация		7.1
33	Оказание	Оказание первой помощи	Наружн	Правила	Использовать	Реше	устно	Презе		7.2

	первой помощи при наружном кровотечении (комб)	при наружном кровотечении. Виды повязок. Первая помощь при артериальном кровотечении. Первая помощь при венозном кровотечении.	ых кровотоечениях	оказание ПМП при наружном кровотечении.	приобретенные знания в повседневной жизни	ние ситу ац. зада ч		нтация		
34	Оказание первой помощи при ушибах и переломах (контрольная работа)	Оказание первой помощи при ушибах и переломах. Виды переломов.	Ушибах и переломах	Правила оказания ПМП при ушибах и переломах. Виды переломов.	Использовать приобретенные знания в жизни	Контрольный тест	письменно	тест		7.3
35	Общие правила транспортировки пострадавшего (комб)	Общие правила транспортировки пострадавшего. Способы транспортировки	Способах транспортировки	Общие правила транспортировки пострадавшего	Использовать приобретенные знания в жизни	Решение ситу ац. зада ч	устно	Презентация		7.4
	<b>Всего 35 часов</b>									



## Контрольно-измерительные материалы.

### Тестирование по разделу: «Основы комплексной безопасности»

Вариант 1.

**1. Что такое землетрясение? Выберите правильный ответ:**

- а) подземные толчки и колебания земной поверхности;
- б) область возникновения подземного удара;
- в) проекция центра очага землетрясения на земную поверхность.

**2. Основными причинами несчастных случаев при землетрясениях являются (выберите ответы):**

- а) неконтролируемые действия людей в результате паники;
- б) отсутствие защитных сооружений (убежищ);
- в) затопление;
- г) разрушение и падение конструкций зданий;
- д) отсутствие средств индивидуальной защиты органов дыхания;
- е) пожары, вызванные утечкой газа из повреждённых труб, и замыканием электролиний;
- ж) падение тяжёлых предметов в квартире;
- з) отсутствие средств пожаротушения.

**3. По характеру распространения лесные пожары подразделяются на:**

- а) низовые; б) наземные; в) верховые; г) подземные.

**Найдите допущенную ошибку.**

**4. Почему не рекомендуют использовать осиновые и пихтовые дрова в засушливую пору?**

- а) сухая осина много дымит;
- б) они плохо горят в любую погоду;
- в) они сильно стреляют искрами – возможен пожар.

**5. Как называется лесной пожар, охватывающий полог леса, проводником горения служит хвоя (листья) и веточки крон деревьев:**

- а) верховой; б) повальный; в) высотный; г) низовой.

**6. Известно, что сила ветра измеряется его скоростью. Назовите, кто из учёных создал шкалу силы ветра? Выберите ответ:**

- а) Рихтер; б) Ломоносов; в) Бофорт; г) Менделеев.

**7. Разрушительная сила урагана заключается в совместном действии:**

- а) атмосферного давления и воды;
- б) ветра и атмосферного давления;
- в) ветра и верхнего слоя земли;
- г) ветра и воды.

**8. Если смерч застал вас на улице, то вы (выберите ответ):**

- а) спрячетесь за зданием;
- б) укроетесь в ближайшем прочном здании;
- в) побежите домой;
- г) укроетесь в заглубленном помещении;
- д) переждёте возле прочной стены;
- е) укроетесь в естественном укрытии (канаве, овраге).

**9. Из предлагаемых ниже причин выберите одну, без которой пыльная буря невозможна:**

- а) проходящий циклон; б) разница температур; в) пашня; г) вода.

**10. Безопасными естественными укрытиями на улице во время урагана являются:**

- а) овраг; б) яма; в) ров; г) большие деревья; д) крупные камни;
- е) лёгкие деревянные постройки; ж) канава; з) кювет дороги.

**Найдите ошибки в данных примерах.**

Вариант 2.

**1. При землетрясении надо дождаться перерыва между толчками и быстро покинуть здание. Как это сделать? Выберите ответ:**

- а) только по лестнице; б) на лифте;
- в) по пожарной лестнице; г) по веревке с балкона.

**2. Выберите из перечисленных мест наиболее подходящие для укрытия в здании при землетрясении:**

- а) места внутри шкафов, комодов;
- б) места под прочно закреплёнными столами, рядом с кроватями;
- в) места у колонн;
- г) места под подоконником;
- д) углы, образованные внутренними перегородками;
- е) вентиляционные шахты и короба;
- ж) проёмы в капитальных внутренних стенах;
- з) балконы и лоджии;
- и) углы, образованные капитальными внутренними стенами;
- к) места внутри кладовок и встроенных шкафов;
- л) дверные проёмы.

**3. Какие условия надо выполнять при разведении костра для обеспечения пожарной безопасности:**

- а) разводить не ближе 4 – 5 м от деревьев;
- б) не оставлять бутылок и стекол в траве;
- в) не пользоваться горючими жидкостями;
- г) удалить вокруг костра сухую траву;
- д) заливать костры водой или забрасывать землей;
- е) не бросать окурков в лесу;
- ж) не использовать сухую траву для разжигания;
- з) не оставлять возле костра менее 2-х человек.

**4. Часть календарного года, в течение которого наиболее возможно возникновение лесного пожара (выберите ответ):**

- а) пожароопасный сезон; б) лето; в) июнь-июль; г) август.

**5. Понижение давления является признаком приближающейся непогоды. Укажите, с помощью какого прибора мы можем это определить (выберите ответ):**

- а) гигрометр; б) ареометр; в) термометр; г) барометр; д) сейсмограф.

**6. Если во время урагана вы оказались на улице, то надо (выберите правильные ответы):**

- а) спрятаться в кювете или яме, прижавшись к земле;
- б) добежать до своего дома, укрыться в заранее подготовленном подвале;
- в) укрыться в подвале ближайшего дома;
- г) идти домой, укрывшись за домами, заборами, деревьями и т.п.

**7. Если буря застала вас в здании, пройдите в самое безопасное место (выберите ответ):**

- а) в ванную комнату; б) на лестницу;
- в) коридор в средней части дома на первом этаже; г) на балкон (лоджию).

**8. Ураганы наносят большой вред сельскому хозяйству, транспорту и промышленности, перенося (выберите ответы):**

- а) песок; б) влагу; в) пыль; г) снег; д) космические частицы.

**9. Находясь дома один, вы услышали крики соседей о приближении урагана. Радио и телевидение не работают. Выглянув в окно, вы определили, что ураган свирепствует примерно в 3 – 4 км от вашего дома. Подвала в доме нет. На расстоянии примерно 300 м от дома есть глубокий овраг. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия:**

- а) станете кричать и звать на помощь; б) отойдете от окон;
- в) быстро выйдете на улицу и побежите к оврагу;
- г) останетесь в доме и спрячетесь в безопасном месте с подветренной стороны;
- д) спрячетесь в шкаф или под стол.

**10. Лучшей защитой от урагана являются (выберите ответы):**

- а) подвальные помещения; б) мосты; в) большие деревья;
- г) будки на автобусных остановках; д) подземные сооружения.

## Ключи к тесту

### 1 вариант

Вопрос	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответ	а	а.г	б	в	а	в	г	Г.д.е	в	Г.д.е

### 2 вариант

Вопрос	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ответ	Б.в	Б.в.ж	А.г.д	а	А.г	А.в	в	А.в.г	Б.г	а

90 % и более правильных ответов - «отлично»

70 % и более правильных ответов – «хорошо»

50 % и более правильных ответов - «удовлетворительно»

Менее 50 % правильных ответов - «неудовлетворительно»

## Итоговая контрольная работа (тестирование)

### 7 класс

#### 1 вариант

**1. Причиной землетрясений может стать:** а) сдвиг в скальных породах земной коры, разлом, вдоль которого один скальный массив с огромной силой трется о другой; б) волновые колебания в скальных породах; в) строительство очистных сооружений в зонах тектонических разломов.

**2. Признаками приближающегося землетрясения могут быть следующие явления:**

а) голубоватое свечение внутренней поверхности домов, искрение близко расположенных (но не соприкасающихся) электрических проводов, запах газа в районах, где раньше этого не отмечалось, вспышки в виде рассеянного света зарниц;

б) резкое изменение погодных условий, самовоспламенение и самовозгорание горючих веществ и материалов, выпадение обильных осадков в виде дождя или снега;

в) короткое замыкание электросети, непонятный гул, качание люстры и дрожание стекол на окнах.

**3. Вы попали под завал в результате землетрясения, нога была придавлена упавшей конструкцией, но освобождена: шевелить пальцами и ступней ноги можете. В помещении есть немного свободного пространства, но выход заблокирован. Какова очередность ваших действий:**

а) окажете себе первую помощь, установите подпорки под конструкции над вами, найдете теплые вещи или одеяло, чтобы укрыться, будете кричать, звать на помощь, стучать металлическими предметами по трубам, плитам; б) окажете себе первую помощь и начнете разгребать завал в сторону выхода из помещения;

в) установите подпорки под конструкции над вами, попытаетесь подойти к оконному проему, если найдете спички, попытаетесь развести небольшой костер, чтобы согреться и осмотреться вокруг.

**4. Основной способ спасения людей при извержении вулканов:**

а) эвакуация; б) укрытие в специально оборудованных убежищах;

в) использование средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.

**5. Одна из причин образования оползней:** а) вода, просочившаяся по трещинам и порам в глубь пород и ведущая там разрушительную работу; б) вулканическая деятельность; в) сдвиг горных пород.

**6. Причины образования селей:** а) подвижки земной коры или землетрясения, естественный процесс разрушения гор, извержение вулканов, хозяйственная деятельность человека; б) наводнения, вызванные авариями на гидросооружениях, лесные и торфяные пожары, прямое воздействие солнечных лучей на ледники; в) нарушение почвенного покрова в результате

хозяйственной деятельности человека, отсутствие растительности на горных склонах, массовая миграция животных в осенне-зимний период.

**7. Находясь дома в селепоаенном районе, вы услышали по радио сообщение об угрозе схода селя. У вас в запасе 30 минут. Ваши действия:**

- а) выйдете из здания и направитесь в безопасное место, предупредите соседей об угрозе селя, будете выходить на склон горы, находящийся на селебезопасном направлении;
- б) соберете все ценное имущество во дворе и укроете его в помещении, сами укроетесь в погребе;
- в) плотно закроете вентиляционные и другие отверстия, закроете все двери, окна, будете выходить на склон горы через ущелье или небольшую долину.

**8. Сила ветра измеряется его скоростью. Кто из ученых создал шкалу силы ветра:**

- а) Бофорт; б) Рихтер; в) Ломоносов; г) Менделеев.

**9. Разрушительная сила урагана заключается в совместном действии:** а) ветра и воды; б) воды и атмосферного давления; в) атмосферного давления и ветра; г) ветра и верхнего слоя земли.

**10. Какое из перечисленных последствий ураганов всегда вторично?** а) эпидемии; б) разрушение жилищ, линий электропередач; в) пожары; г) аварии на производстве.

**11. Безопасное естественное укрытие на улице во время урагана:** а) овраг; б) большие деревья; в) крупные камни.

**12. При заблаговременном оповещении о наводнении необходимо:** а) включить телевизор, радио, выслушать сообщения и рекомендации; б) открыть окна и двери нижних этажей; в) перенести на нижние этажи ценные вещи.

**13. Вынужденную самостоятельную эвакуацию во время внезапного наводнения необходимо начинать тогда, когда уровень воды:**

- а) достиг первого этажа здания, где вы находитесь; б) станет резко подниматься; в) достиг отметки вашего пребывания и создается реальная угроза вашей жизни

**14. Если вы оказались в волне цунами, то вашим первоочередным действием будет:**

- а) набрать в грудь как можно больше воздуха, сгруппироваться и закрыть голову руками; б) сбросить одежду и обувь; в) воспользоваться плавающими и возвышающимися предметами, чтобы подготовиться к возвратному движению волны.

**15. Если вы оказались в зоне лесного пожара, то прежде всего необходимо:**

- а) для преодоления недостатка кислорода пригнуться к земле и дышать через мокрый платок (одежду);
- б) накрыть голову и верхнюю часть тела мокрой одеждой и окунуться в ближайший водоем;
- в) не обгонять лесной пожар, а двигаться под прямым углом к направлению распространения огня.

**16. К закрытым повреждениям относятся:** а) вывихи, растяжения, ушибы; б) царапины и порезы; в) ссадины и раны

104. В зависимости от характера повреждения кровотечение бывает:

- а) венозное; б) внезапное; в) повторное.

**17. Временную остановку кровотечения можно осуществить:**

- а) наложением асептической повязки на место кровотечения; б) пальцевым прижатием артериального сосуда выше раны; в) максимальным разгибанием конечности; г) минимальным сгибанием конечности,

2 вариант

**1. Что такое землетрясение:** а) область возникновения подземного удара; б) подземные удары и колебания поверхности земли; в) проекция центра очага землетрясения на земную поверхность.

**2. При землетрясении необходимо попытаться:**

а) отключить электричество, эвакуироваться из здания, занять место вдали от зданий и линий электропередач; б) забить окна, попытаться быстро покинуть здание и поехать (пойти) домой;

в) успокоить домашних животных, быстро занять место на балконе или подальше от капитальных стен.

**3. В какой последовательности вы постараетесь действовать, если, находясь дома, неожиданно почувствовали толчки, дребезжание стекла, посуды, а времени, чтобы выбежать из здания, нет:**

а) отключить электричество, газ, воду, отойти от окон и предметов мебели, которые могут упасть, занять безопасное место в проеме дверей;

б) позвонить в аварийную службу, отключить электричество, газ, воду, занять место у окна;

в) закрыть окна и двери и занять безопасное место в шкафу.

**4. Наибольшую опасность при извержении вулкана представляют:**

а) взрывная волна и разброс обломков; б) тучи пепла и газов («палящая туча»);

в) водяные и грязекаменные потоки; г) резкие колебания температуры.

**5. Основной способ спасения людей при извержении вулканов:**

а) эвакуация; б) укрытие в специально оборудованных убежищах;

в) использование средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи

**6. Одна из причин образования оползней:** а) сдвиг горных пород; б) вулканическая деятельность; в) вода, просочившаяся по трещинам и порам в глубь пород и ведущая там разрушительную работу.

**7. Основная причина крупных обвалов:** а) землетрясения; б) таяние ледников; в) ураганы; г) наводнения.

**8. Во время прохождения лавиноопасного участка в горах вы с группой туристов увидели внезапный сход снежной лавины. Опасность попадания в лавину велика. Ваши действия:**

а) укроетесь за скалой или ее выступом, ляжете и прижметесь к земле, закрыв голову руками;

б) быстро начнете организованный выход из лавиноопасного места;

в) разделитесь на несколько групп, каждая из которых начнет самостоятельно спускаться в долину;

г) при помощи веревок закрепитесь за большие камни.

**9. Ветер разрушительной силы и значительный по продолжительности, скорость которого превышает**

32 м/с: а) ураган; б) шторм; в) торнадо.

**10. Разрушающее действие смерча связано:** а) с действием стремительно вращающегося воздуха и резким вертикальным подъемом воздушных масс; б) с действием прямолинейного скоростного напора воздушных масс; в) с динамическим воздействием масс, вовлеченных в движение, на различные постройки, здания, сооружения и т. п.

**11. Проникновение воды в подвалы зданий через канализационную сеть (при сообщении канализации с рекой), по канавам и траншеям, а также из-за значительного подпора грунтовых вод — это:** а) подтопление б)затопление; в)затор; г) зажор.

**12. Гигантские океанские волны, возникающие обычно в результате подводных или островных землетрясений и извержений вулканов, — это:** а) цунами; б) шторм; в) моретрясение.

**13. При внезапном приходе цунами вы решили остаться в здании. Из всех необходимых действий вы прежде всего:** а) закроете двери на запоры; б) спуститесь вниз как можно ближе к выходу;

в) подниметесь на верхние этажи.

**14. К открытым повреждениям относятся:** а) раны, сопровождаемые кровотечениями;

б) с давления мягких тканей; в) разрывы связок и сухожилий.

**15. Артериальное кровотечение возникает при:**

а) поверхностном ранении в случае повреждения сосуда; б) повреждении какой-либо артерии при глубоком ранении; в) неглубоком ранении в случае повреждения любого из сосудов.

**16. Максимальное время наложения жгута летом не более:**

а) 120 минут; б) 30 минут; в) 60 минут; г) 90 минут.

**17. Что необходимо сделать с раной перед наложением давящей повязки:** а) обработать рану перекисью водорода или слабым раствором марганцовки; б) промыть рану водой и обработать ее зеленкой;

в) обработать рану йодом.

### Ключи к тесту

#### Вариант 1

Вопрос	1	2	3	4	5	6	7	8	9	<b>10</b>
Ответ	<b>а</b>	<b>а</b>	<b>а</b>	<b>а</b>	<b>а</b>	<b>а</b>	<b>а</b>	<b>а</b>	<b>а</b>	<b>а</b>
Вопрос	11	12	13	14	15	16	17			
Ответ	<b>а</b>	<b>а</b>	<b>в</b>	<b>а</b>	<b>б</b>	<b>а</b>	<b>б</b>			

#### Вариант 2

Вопрос	1	2	3	4	5	6	7	8	9	<b>10</b>
Ответ	<b>б</b>	<b>а</b>	<b>а</b>	<b>б</b>	<b>а</b>	<b>в</b>	<b>а</b>	<b>а</b>	<b>а</b>	
Вопрос	11	12	13	14	15	16	17			
Ответ	<b>а</b>	<b>а</b>	<b>а</b>	<b>а</b>	<b>а</b>	<b>а</b>	<b>а</b>			

90 % и более правильных ответов - «отлично»

70 % и более правильных ответов – «хорошо»

50 % и более правильных ответов - «удовлетворительно»

Менее 50 % правильных ответов - «неудовлетворительно»