

Муниципальное общеобразовательное казенное учреждение
Лугоболотная средняя общеобразовательная школа
п.Юбилейный Оричевского района Кировской области

**Рабочая программа по основам безопасности
жизнедеятельности**
(предметная область «Физическая культура и основы безопасности
жизнедеятельности»)
для 7 класса
на 2022 – 2023 учебный год

Составитель: Овчинников Василий Яковлевич,
учитель географии
Лугоболотной средней школы

п.Юбилейный
2022 год

7 класс

Урок 1. Введение

Программное содержание

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности». Характеристика понятий «жизнедеятельность», «безопасность», «здоровый образ жизни», «ситуация, опасная для жизни», «чрезвычайная ситуация», «природная катастрофа», «техногенная катастрофа».

Структура урока, основные методы и приёмы

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника.

Уроки 2—3. Умеете ли вы ориентироваться?

Программное содержание

Что такое ориентир. Ориентирование на местности. Ориентирование по компасу, солнцу и часам, Полярной звезде и местным признакам. Измерение расстояния на местности. Если вы заблудились в лесу. Как подать сигналы о помощи.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубрикой «Для любознательных».

Участие в учебном диалоге: анализ иллюстраций учебника и составление памятки о правилах подачи сигналов о помощи.

Практическая деятельность: определение ориентиров на плане местности; овладение навыками работы с компасом; определение сторон света по солнцу; определение сторон света по местным признакам; измерение расстояний на местности.

Урок 4. Чрезвычайные ситуации природного характера

Программное содержание

Виды и характеристики природных чрезвычайных ситуаций (геологические, метеорологические и гидрологические опасные явления; природные пожары). Правила безопасного поведения в таких ситуациях.

Структура урока, основные методы и приёмы

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника. *Работа в парах:* анализ схемы и подготовка сообщения о видах чрезвычайных ситуаций природного характера.

Уроки 5—6. Правила поведения во время прогулок и на экскурсии

Программное содержание

Характеристика опасностей, которые могут встретиться во время прогулок на природе. Общие правила поведения во время экскурсий в природу.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника.

Участие в учебном диалоге: анализ текста.

Работа в группах: анализ иллюстраций учебника.

Уроки 7—9. Если встретилась опасность

Программное содержание

Правила поведения в экстремальных (аварийных) ситуациях (потеря ориентировки, незнакомая местность и др.). Опасные встречи (насекомые, змеи, другие дикие животные). Первая помощь при укусе насекомых и змей.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубриками «Медицинская страничка» и «Для любознательных».

Практическая деятельность: оказание первой помощи при укусах насекомых и змей.

Уроки 10—12. Вода таит опасности

Программное содержание

Правила поведения на водоёмах. Выбор и оценка места для купания. Первая помощь при судороге, солнечном ударе, утоплении. Правила проведения сердечнолёгочной реанимации. Оценка состояния льда для передвижения по нему в холодное время года. Переправа через водные преграды.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубрикой «Медицинская страничка».

Участие в учебном диалоге: анализ текста и иллюстраций учебника.

Работа в парах: анализ текста учебника.

Работа в группах: анализ иллюстраций учебника; составление памятки о правилах поведения при ледоходе.

Практическая деятельность: приёмы сердечно-лёгочной реанимации.

Урок 13. Любим ли мы туристские походы

Программное содержание

Наше отношение к туристскому походу. Какие походы нам известны и какие мы предпочитаем.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубрикой «Для любознательных».

Участие в учебном диалоге: анализ текста учебника.

Работа в группах: определение цели и программы туристского маршрута.

Уроки 14—15. Правила организации туристского похода

Программное содержание

Правила организации безопасного туристского похода.

Подготовка к походу: подбор личного и группового снаряжения, продуктов. Одежда и обувь для похода, требования к ним. Правила укладки рюкзака. Индивидуальная подгонка (регулировка) рюкзака. Спальный мешок.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубрикой «Медицинская страничка».

Работа в группах: определение личного снаряжения для однодневного пешего похода и заполнение таблицы.

Уроки 16—17. Походная аптечка

Программное содержание

Подготовка аптечки для похода. Подбор медицинских изделий, инструментов, материалов и прочих средств для оказания первой помощи. Лесная аптека. Первая помощь при потёртости, мозоли.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубрикой «Медицинская страничка».

Работа в парах: составление списка изделий и средств медицинского назначения, которые должны быть в походной аптечке.

Уроки 18—19. Знакомимся с лекарственными растениями

Программное содержание

Турист должен знать лекарственные растения, которые помогут ему справиться с непредвиденными ситуациями (отравлением, ожогом, травмами кожи, усталостью и др.). Характеристика некоторых лекарственных растений данной местности: внешний вид, лечебные свойства, способ применения.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубрикой «Для любознательных».

Уроки 20—22. Режим дня в многодневном туристском походе

Программное содержание

Режим дня в туристском походе. Правила организации сна, отдыха, передвижения.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Актуализация имеющегося опыта: работа с рубрикой «Вспомните».

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубрикой «Для любознательных».

Участие в учебном диалоге: анализ текста учебника.

Практическая деятельность: режим дня в многодневном туристском походе.

Уроки 23—25. Походная еда

Программное содержание

Организация питания в походе. Походная еда. Правила, обеспечивающие безопасность питания в условиях похода. Съедобные и ядовитые грибы. Первая помощь при отравлении грибами и получении ожогов.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубрикой «Медицинская страничка».

Работа в группах: анализ иллюстраций учебника.

Уроки 26—28. Алкоголь наносит удары по организму

Программное содержание

Результаты социологических исследований об употреблении алкоголя подростками. Алкоголь — причина преступлений подростков и юношей. Страницы истории: как относились наши предки к алкогольной зависимости.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника; работа с рубрикой «Для любознательных».

Участие в учебном диалоге: анализ текста и иллюстраций учебника.

Работа в группах: разработка способов проведения весёлого праздника без употребления алкогольных напитков.

Уроки 29—30. Курение убивает

Программное содержание

Курение наносит значительный вред организму. Особая опасность табакокурения в подростковом возрасте.

Структура уроков, основные методы и приёмы

Аналитическая деятельность: работа с текстом и иллюстрациями учебника.

Участие в учебном диалоге: анализ текста и иллюстраций учебника.

Работа в парах: анализ суждений и составление высказываний о вреде курения.

Проектная деятельность: «Какие вредные вещества содержатся в одной сигарете?»

Уроки 31—34 (резерв)___