

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**Министерство просвещения и воспитания Ульяновской области**  
**Управление образования администрации муниципального образования**  
**"Вешкаймский район"**  
**МОУ Ермоловская СШ**

**РАССМОТРЕНО**

На заседании  
педагогического совета  
Протокол №2  
от «30» 08 2023 г.

**СОГЛАСОВАНО**

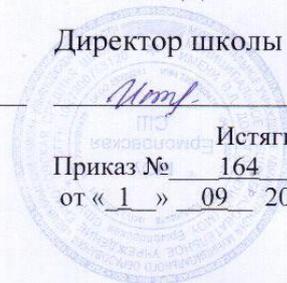
**ЗДУВР**

  
Першонкова Н.Е.

**УТВЕРЖДЕНО**

**Директор школы**

  
Истягина Л.В.  
Приказ № 164  
от « 1 » 09 2023 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

для обучающихся 7 класса

Составил:  
учитель ОБЖ  
Кузавков Д. Е.

**Ермоловка 2023**

Рабочая программа курса основы безопасности жизнедеятельности для 7 класса учитывает прохождение обязательного минимума содержания предмета предусмотренного Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, реализует компетентностный подход к образованию. Программа составлена на основе программы общеобразовательных учреждений: Основы безопасности жизнедеятельности. 5-9 классы.

Авторы: А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников. - 2-е изд. – М.: Просвещение, 2013.

Данная программа рассчитана на 34 часа(1 урок в неделю).Преподавание ведется по учебнику «ОБЖ.Учебник 7 класса общеобразовательных учреждений». Авторы: А.Т. Смирнов, Б.О, Хренников; под ред. А.Т Смирнова. – М.: Просвещение, 2018.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ.**

### **Личностные результаты обучения:**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

### **Предметные результаты обучения:**

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

- 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 образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение 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 и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

**Метапредметными результатами обучения курса «Безопасности жизнедеятельности является (УУД).**

- Регулятивные УУД: умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

Познавательные УУД:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно- следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

Коммуникативные УУД:

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать

- конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ ДЛЯ 7 КЛАССА**

### **Раздел 1. Основы комплексной безопасности.**

Тема 1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера

Тема 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения

Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения

Тема 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения

Тема 5. Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения

### **Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.**

Тема 2. Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения

Тема 3. Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического происхождения

Тема 4. Защита населения от чрезвычайных ситуаций гидрологического происхождения

Тема 5. Защита населения от природных пожаров

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

Тема 6. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму

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

Тема 7. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека

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

Тема 8. Первая помощь при неотложных состояниях

## Календарно тематическое планирование 7 класс

| № урока   | Дата урока | Тема урока   | Виды контроля                        | Содержание   |
|---|------------|--|--------------------------------------|--|
| <b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности</b>  |            |  |                                      |  |
| <b>Тема 1 Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера.</b>   |            |  |                                      |  |
| <b>Планируемые результаты освоения раздела.</b>   |            |  |                                      |  |
| <b>Предметные:</b>  |            |  |                                      |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;</li> <li>• формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;</li> <li>• понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;</li> </ul> |            |  |                                      |  |
| <b>Метапредметные.</b>  |            |  |                                      |  |
| <b>Регулятивные УУД:</b>  |            |  |                                      |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;</li> <li>• умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;</li> </ul>   |            |  |                                      |  |
| <b>Познавательные УУД:</b>  |            |  |                                      |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;</li> </ul>  |            |  |                                      |  |
| <b>Коммуникативные УУД:</b>   |            |  |                                      |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.</li> </ul>   |            |  |                                      |  |
| 1   |            | Различные природные явления                          | Выполнение заданий в рабочей тетради | Структурная схема строения земли, причины возникновения природных явлений. |
| 2   |            | Общая характеристика природных явлений.              | Фронтальный опрос.                   | Наиболее характерные природные явления в нашем регионе.                    |
| 3   |            | Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера | Решение ситуативных задач            | Наиболее опасные чрезвычайные ситуации природного характера.               |
| <b>Тема 2 Чрезвычайные ситуации геологического происхождения.</b>   |            |  |                                      |  |
| <b>Планируемые результаты освоения раздела.</b>   |            |  |                                      |  |
| <b>Предметные:</b>  |            |  |                                      |  |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>• формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;</li> </ul>  |            |  |                                      |  |

- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;

**Метапредметные.**

**Регулятивные УУД:**

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

**Познавательные УУД:**

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

**Коммуникативные УУД:**

формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

|   |  |  |                                      |  |
|---|--|--|--------------------------------------|--|
| 4 |  | Землетрясение. Причины возникновения и возможные последствия | Устный опрос                         | Общие понятия о землетрясении, причины и последствия.            |
| 5 |  | Правила безопасного поведения населения при землетрясении    | Индивидуальный опрос                 | Рекомендации специалистов как подготовиться к землетрясению.     |
| 6 |  | Расположение вулканов на Земле, извержения вулканов          | Выполнение заданий в рабочей тетради | Основные характеристики вулкана. Их расположение на карте Земли. |

**Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения.**

**Планируемые результаты освоения раздела.**

**Предметные:**

- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

**Метапредметные.**

**Регулятивные УУД:**

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;

**Познавательные УУД:**

- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи

пострадавшим.

**Коммуникативные УУД:**

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

|   |  |   |                           |   |
|---|--|---|---------------------------|---|
| 7 |  | Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия | Решение ситуативных задач | Понятия ураган, буря. Причины их возникновения. |
| 8 |  | Смерчи  | Устный опрос              | Причины и последствия смерча.                   |

**Тема 4 Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения.**

**Планируемые результаты освоения раздела.**

**Предметные:**

- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

**Метапредметные.**

**Регулятивные УУД:**

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

**Познавательные УУД:**

- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

**Коммуникативные УУД:**

формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций

|    |  |   |                                      |  |
|----|--|---|--------------------------------------|--|
| 9  |  | Наводнения. Виды наводнений и их причины                              | Выполнение заданий в рабочей тетради | Характеристики наводнения.               |
| 10 |  | Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения. | Устный опрос                         | Подготовка к наводнению                  |
| 11 |  | Сели и их характеристика.   | Устный опрос                         | Основные характеристики селевого потока. |
| 12 |  | Цунами и их характеристики  | Выполнение заданий в рабочей тетради | Причины появления цунами.                |

|    |  |                |              |                                  |
|----|--|----------------|--------------|----------------------------------|
|    |  |                | тетради      |                                  |
| 13 |  | Снежные лавины | Устный опрос | Условия появления снежных лавин. |

**Тема 5 Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения.**

**Планируемые результаты освоения раздела.**

**Предметные:**

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;

**Метапредметные.**

**Регулятивные УУД:**

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

**Познавательные УУД:**

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

**Коммуникативные УУД:**

формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

|    |  |  |              |   |
|----|--|--|--------------|---|
| 14 |  | Лесные и торфяные пожары и их характеристика         | Устный опрос | Виды и характеристика лесных пожаров                  |
| 15 |  | Инфекционная заболеваемость людей и защита населения | Устный опрос | Основные инфекционные заболевания людей.              |
| 16 |  | Эпизоотии и эпифитотии                               | Устный опрос | Основные инфекционные заболевания животных и растений |

**Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.**

**Тема 2 - Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения.**

**Планируемые результаты освоения раздела.**

**Предметные:**

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;

**Метапредметные.**

**Регулятивные УУД:**

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

**Познавательные УУД:**

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно- следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

**Коммуникативные УУД:**

формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

|   |  |  |                                      |   |
|---|--|--|--------------------------------------|---|
| 17  |  | Защита населения от последствий землетрясений.           | Письменный опрос                     | Правила поведения во время и после землетрясения        |
| 18  |  | Последствия извержения вулканов. Защита населения        | Устный опрос                         | Правила поведения во время извержения вулканов          |
| 19  |  | Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения.      | Устный опрос                         | Правила поведения при возникновении оползней и обвалов. |
| <b>Тема 3 - Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического происхождения.</b> |  |  |                                      |   |
| 20  |  | Защита населения от последствий ураганов и бурь          | Выполнение заданий в рабочей тетради | Правила поведения во время ураганов.                    |
| <b>Тема 4 Защита населения от чрезвычайных ситуаций гидрологического происхождения.</b>     |  |  |                                      |   |
| 21  |  | Защита населения от последствий наводнений               | Устный опрос                         | Правила поведения во время наводнений                   |
| 22  |  | Защита населения от последствий селевых потоков.         | Выполнение заданий в рабочей тетради | Правила поведения во время селевых потоков              |
| 23  |  | Защита населения от цунами                               | Выполнение заданий в рабочей тетради | Правила поведения во время цунами                       |
| <b>Тема 5 Защита населения от природных пожаров.</b>  |  |  |                                      |   |
| 24  |  | Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения | Устный опрос                         | Защита от лесных и торфяных пожаров.                    |
| <b>Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.</b>    |  |  |                                      |   |

## Тема 6 - Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму.

### Планируемые результаты освоения раздела.

#### Предметные:

- 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;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;

#### Метапредметные.

##### Регулятивные УУД:

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

##### Познавательные УУД:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно- следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

##### Коммуникативные УУД:

умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение.

|    |  |  |                           |   |
|----|--|--|---------------------------|---|
| 25 |  | Терроризм и факторы риска вовлечении подростка в террористическую и экстремистскую деятельность.     | Устный опрос              | Определения понятий терроризм.  |
| 26 |  | Терроризм и факторы риска вовлечении подростка в террористическую и экстремистскую деятельность.     | Решение ситуативных задач | Основные факторы риска вовлечения подростка в террористическую деятельность |
| 27 |  | Роль нравственных позиций и личных качеств подростков в формировании антитеррористического поведения | Устный опрос              | Нравственные позиции и личностные качества подростка.                       |
| 28 |  | Роль нравственных позиций и личных качеств подростков в формировании антитеррористического поведения | Решение ситуативных задач | Нравственные позиции и личностные качества подростка.                       |

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

## Тема 7 - Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека.

**Планируемые результаты освоения раздела.****Предметные:**

- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

**Метапредметные.****Регулятивные УУД:**

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

**Познавательные УУД:**

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии и делать выводы;

**Коммуникативные УУД:**

умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

|    |  |  |   |  |
|----|--|--|---|--|
| 29 |  | Психологическая<br>уравновешенность  | Выполнение<br>задания в рабочих<br>тетрадах | Эмоции,<br>эмоциональность,                    |
| 30 |  | Стресс и его влияние на<br>человека.                                       | Устный опрос                                | Основные факторы<br>стресса.                   |
| 31 |  | Анатомо-физиологические<br>особенности человека в<br>подростковом возрасте | Выполнение<br>задания в рабочих<br>тетрадах | Основные изменения в<br>подростковом возрасте. |

**Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.****Тема 8 - Первая помощь при неотложных состояниях.****Планируемые результаты освоения раздела.****Предметные:**

- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

**Метапредметные.****Регулятивные УУД:**

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

**Познавательные УУД:**

- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного,

техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

**Коммуникативные УУД:**

умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

|    |  |   |   |  |
|----|--|---|---|--|
| 32 |  | Общие правила оказания первой помощи. Оказание первой помощи при наружном кровотечении. | Устный опрос.<br>Выполнения практических действий | Правила оказания первой помощи.<br>Правила оказания первой помощи при кровотечении |
| 33 |  | Оказание первой помощи при ушибах и переломах.  | Выполнения практических действий                  | Правила оказания первой помощи при ушибах и переломах                              |
| 34 |  | Общие правила транспортировки пострадавшего   | Выполнения практических действий                  | Правила транспортировки пострадавшего  |