

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Школа №106» городского округа Самара

ПРОВЕРЕНО
Зам. директора по УВР

Вз
(подпись)

« 31 » 08 20 18 г.



УТВЕРЖДАЮ
Директор школы №106

(подпись)

« 31 » 08 20 18 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

на 2018, 2019 учебный год

Предмет Основы безопасности жизнедеятельности
Класс 7
Преподаватель Андреев Михаил Федорович

(Фамилия, имя, отчество всех учителей, реализующих данную рабочую программу)

Квалификационная категория _____

Количество часов по учебному плану 34 в год 1 в неделю

Составлен в соответствии с программой по «Основы безопасности

жизнедеятельности для 7-9 кл. по учеб. Виноградовой ИФ, Самаро-
(название программы с указанием сроков реализации, авторы программы)

ва ДВ Самарско-Татарского АБ, соответствующей ФГОС освоено-
Рекомендованной по общему образователь-
(утвержденной) материалом образовательн. с курсом РФ 2014 г.
(кем и когда рекомендована, утверждена программа)

Программа издана Основы безопасности жизнедеятельности
ИФ Виноградова, Вентека - Урадо " 2014 г
(название сборника, автор-составитель, издательство, год издания)

Учебники:
Автор ИФ Виноградова, ДВ Самаров, АВ Виноградова, АВ Тараканов
Название Основы безопасности жизнедеятельности 7 кл.
Издательство Вентека - Урадо Год издания 2014 г

Рассмотрен на заседании методического объединения
учителей истории и искусства

Протокол № 1 от « 30 » августа 20 18 г.
Председатель методического объединения Курбанов Г.Б.

Тематическое планирование

По предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» 2018-2019 уч. год

Класс 7

Часы учебн ого време ни	Наименование раздела и тем урока	КЭС (контролиру емый элемент содержания)	Планируемые сроки прохождения программы	Форма текущего контроля
Раздел 1. Введение. Основы безопасности жизнедеятельности - 2ч.				
1.	1. Проблема здорового образа жизни. Как ее решали в древности.			Беседа
2.	2. Окружающая среда и безопасность.			Беседа
Раздел 2. Зависит ли здоровье от образа жизни – 4ч.				
3.	1. Что такое здоровый образ жизни. Что такое физическое здоровье.			Беседа
4.	2. Значение физкультуры для здоровья человека.			Фронтальный и индивидуальный опрос
5.	3. Закаливание как способ тренировки организма.			Презентации, доклады
6.	4. Правила личной гигиены.			Письменный отчет о проделанной работе
Раздел 3. Правильное питание – 4ч.				
7.	1. Правила рационального питания, соблюдение которых позволяет поддерживать здоровье.			Презентации
8.	2. Белки – строительный материал для организма. Углеводы и жиры – источник энергии.			Письменный отчет о проделанной работе
9.	3. Продукты питания как экологический фактор.			Беседа
10.	4. Питание и болезни. Диета.			Письменный отчет о проделанной работе
Раздел 4. Психическое здоровье человека – 2ч.				
11.	1. Психическое здоровье – эмоциональное благополучие человека.			Беседа
12.	2. Воздействие шумов на организм человека. Компьютер и здоровье.			Письменный опрос
Раздел 5. Социальное здоровье человека – 2ч.				
13.	1. Человек – социальное существо, член общества. Отношения с людьми.			Беседа
14.	2. Общение – ценная деятельность человека. Круг интересов. Фанаты и поклонники.			Беседа

Раздел 6. Репродуктивное здоровье подростков и его охрана – 3ч.				
15.	1. Репродуктивное здоровье – способность человека к воспроизведению.			Беседа
16.	2. Половое созревание. Юношеский возраст.			Беседа
17.	3. Чистота тела – условие здоровья. Риски подросткового возраста.			Письменный опрос
Раздел 7. Как вести себя при пожаре. Чрезвычайные ситуации в быту – 9ч.				
18.	1. Пожар – чрезвычайная ситуация. Причины пожаров.			Беседа
19.	2. Поражающие факторы пожаров. Правила пожарной безопасности. Фейерверки.			Беседа
20.	3. Организация эвакуации из горящего здания. Средства пожаротушения.			Фронтальный и индивидуальный опрос
21.	4. Помощь при ожогах.			Письменный опрос
22.	5. Залив жилища. Причины заливов помещений. Правила поведения.			Беседа
23.	6. Электричество полезное и опасное. Приборы.			Беседа
24.	7. Правила пользования электроприборами. Электротравмы. Первая помощь.			Беседа
25.	8. Правила пользования газовыми приборами. Первая помощь при отравлении газом.			Письменный отчет о проделанной работе
26.	9. Правила безопасности при пользовании бытовой химией.			Письменный отчет о проделанной работе
Раздел 8. Разумная предосторожность. Опасные игры – 8ч.				
27.	1. Досуг в городе: каких мест лучше избегать.			Беседа
28.	2. Как вести себя на улице. Меры предосторожности в лифте и на лестнице.			Беседа
29.	3. Правила поведения при нападении. подручные средства самообороны.			Беседа
30.	4. Места, где играть запрещено. Опасности, которые скрывает карьер.			Письменный отчет о проделанной работе
31.	5. Экстрим в игре и в спорте. Неразорвавшиеся боеприпасы.			Беседа
32.	6. Уголовный кодекс РФ о проникновении в чужое жилище.			Беседа
33.	7. Итоговое тестирование за 7 класс			Тестирование
34.	8. Подведение итогов.			Беседа