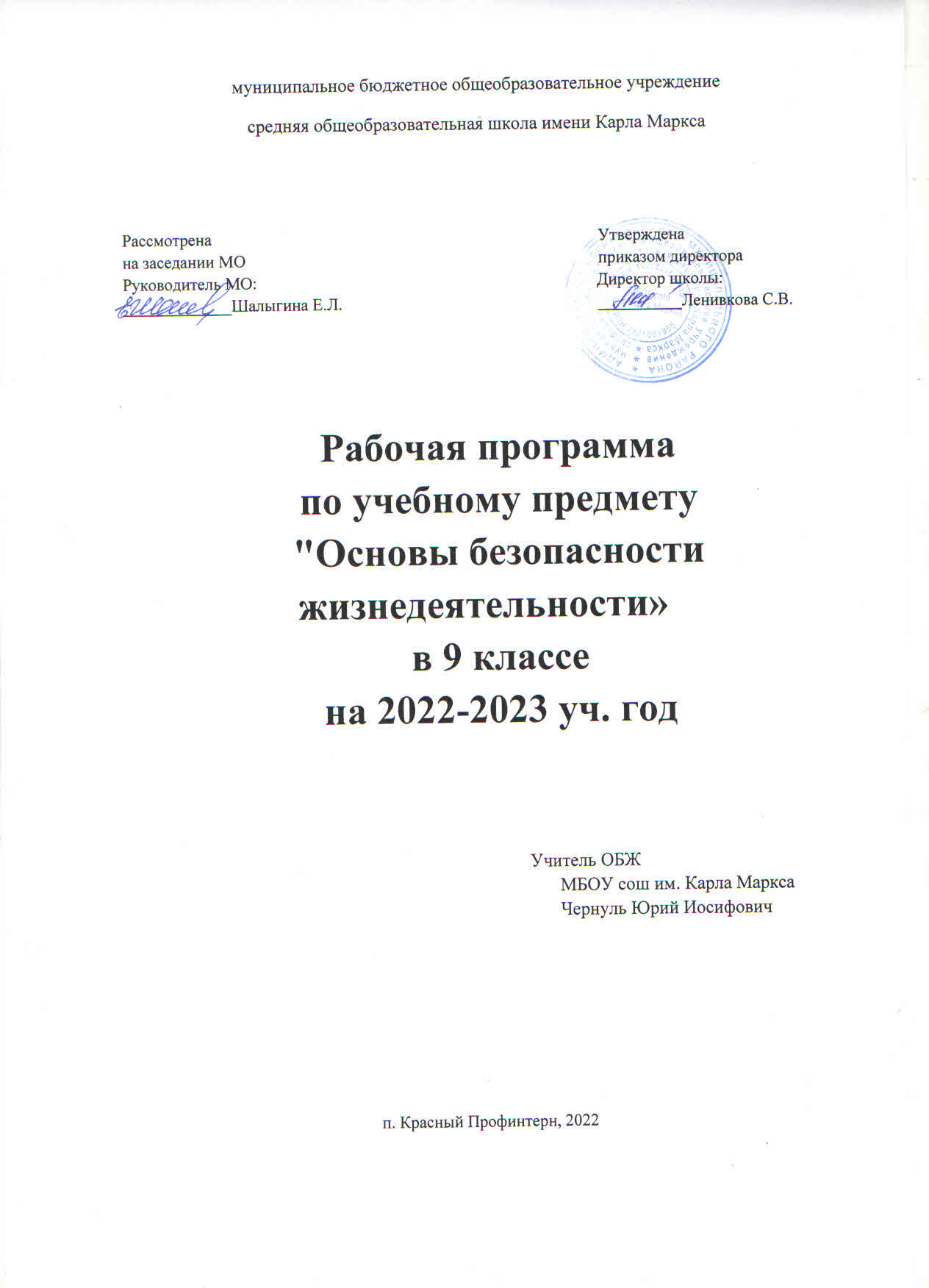
****

Пояснительная записка.

**Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности 9 в класса** составлена на основе:

* Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации (далее - РФ)»;
* Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 № 1897 (далее – ФГОС основного общего образования);
* Санитарно-эпидемиологических требований к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях, утвержденных постановлением Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189 (далее – СанПиН 2.4.2.2821-10);
* перечня организаций, осуществляющих выпуск учебных пособий, которые допускаются к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 09.06.2016 № 699;

**-** приказа Министерства образования и науки РФ от 31.12.2015 №1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 № 1897»;

- концепции преподавания предметной области «Основы безопасности жизнедеятельности» в образовательных организациях РФ, реализующих основные общеобразовательные программы, утвержденной 24 декабря 2018 года коллегией министерства Просвещения РФ;

- [приказа Министерства Просвещения России от 28 декабря 2018 г. № 345 «О федеральном](http://www.fpu.edu.ru/files/contentfile/155/prikaz-345-ot-28.12.2018-fpu.pdf) [перечне учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную](http://www.fpu.edu.ru/files/contentfile/155/prikaz-345-ot-28.12.2018-fpu.pdf) [аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего](http://www.fpu.edu.ru/files/contentfile/155/prikaz-345-ot-28.12.2018-fpu.pdf) [образования»](http://www.fpu.edu.ru/files/contentfile/155/prikaz-345-ot-28.12.2018-fpu.pdf);

* приказа Министерства Просвещения РФ от 8.05.2019 № 233 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства Просвещения РФ от 28.12.2018 № 345»;
* Приказ Минпросвещения России от 18.05.2020 N 249 "О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 28 декабря 2018 г. N 345".

-Методических рекомендаций по учебным предметам для корректировки рабочих программ на 2022-20213 учебный год

* учебным планом МБОУ сош им. Карла Маркса Некрасовского района Ярославской области на 2022-2023 учебный год;
* «Рабочая программа. 5-9 классы. Основы безопасности жизнедеятельности», составитель: В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, М.А. Ульянова М.: дрофа, 2015. – 106 с..

# Место и роль предмета в учебном плане.

Согласно учебному плану МБОУ сош имени Карла Маркса на изучение обж в 9 классе отводится 1 час в неделю, 34 часов в год, из них на итоговое повторение (резерв) 0 часов. Контрольных работ нет.

# Информация о внесенных изменениях

Изменений в рабочей программе.

Так как рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности («Рабочая программа. 5-9 классы. Основы безопасности жизнедеятельности», составитель: В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангородский, М.А. Ульянова М.: дрофа, 2015. – 106 с..) рассчитана на 35 часов, а по учебному плану на основы безопасности жизнедеятельности в 9-м классе отводится 34 часа, внесены следующие изменения:

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Примерная программа, 35 часов | | Утвержденная программа, 34 часа | |
| Раздел. Глава. Тема | Кол- во  часов | Раздел. Глава. Тема | Кол- во  часов |
| **Раздел: Факторы, разрушающие здоровье человека.** | 4  часа | **Раздел: Факторы, разрушающие здоровье человека.** | 3 час |

# Место и роль предмета в учебном плане

В программе реализованы требования Конституции Российской Федерации и федеральных законов Российской Федерации «О безопасности»; «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»; «О безопасности дорожного движения»; «О радиационной безопасности населения»; «О пожарной безопасности»; «Об экологической безопасности»; «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения»;

«Основы законодательства Российской Федерации об охране здоровья граждан»; Концепции национальной безопасности Российской Федерации.

В своей предметной ориентации предлагаемая программа нацеливает педагогический процесс на решение следующих задач:

* освоение учащимися знаний о здоровом образе жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
* развитие качеств личности школьников, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
* воспитание у учеников чувства ответственности за личную и общественную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
* обучение учащихся умению предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случаи их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую помощь.

Предлагаемый в программе объем материала является достаточным для формирования у учащихся 9 классов основных понятий в области безопасности жизнедеятельности.

Ситуации, связанные с воздействием на личность угроз и опасностей, в психологическом и практическом отношении всегда трудны для человека, так как сопряжены с повышенными, предельными и даже запредельными нагрузками, ответственностью, разного рода рисками, которые чреваты нежелательными последствиями. Успех действий человека в таких ситуациях возможен только при условии его полноценной и высокой подготовленности. Поэтому главной функцией программы основного общего образования является ее ориентация на личную безопасность человека в среде обитания путем выработки у него навыков и умений применять правила (алгоритмы) безопасного поведения в условиях угроз и опасностей. Ориентация курса ОБЖ на личную безопасность отвечает букве и духу Федерального закона РФ «О безопасности», который ставит на первое место обеспечение безопасности личности. В связи с этим логика построения программы заключается в том, чтобы школьники научились правильно оценивать обстановку и умело действовать в системе следующих понятий:

*опасность —> причина опасности —> последствие опасности - > действие.*

Под опасностью здесь понимается ситуация, в которой возможно возникновение явлений или процессов, способных поражать людей, наносить материальный ущерб, разрушительно действовать на окружающую среду. Причина опасности — это событие, предшествующее и вызывающее другое опасное событие, явление или процесс, именуемый следствием.

Последствие опасности — негативное изменение, вызванное причиной. Действие — это то, что надо или не надо делать в ситуации, когда существует угроза жизни или здоровью.

При изучении предмета школьники получают знания об опасных и экстремальных ситуациях в бытовой (городской), природной и социальной среде, о чрезвычайных ситуациях природного,

техногенного и экологического характера, их последствиях и мероприятиях, проводимых государством по защите населения.

Большое внимание в программе уделено формированию здорового образа жизни и профилактике вредных привычек, изучению приемов оказания первой помощи.

Программа предусматривает формирование у обучающихся умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций по следующим направлениям:

* формирование способностей к предвидению ситуаций, опасных для человека, общества и окружающей среды, и правильного поведения в случае их возникновения;
* изучение основ здорового образа жизни, обеспечивающего полноценное безопасное существование и реализацию способностей и потребностей личности в повседневной жизни;
* ознакомление с необходимыми индивидуальными мерами безопасности в повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера, с мероприятиями, проводимыми государством по защите населения;
* освоение правил и навыков защиты, позволяющих минимизировать возможный ущерб личности, обществу и окружающей среде в типовых опасных и чрезвычайных ситуациях;
* понимание причин возникновения и развития новых опасностей для человечества от собственной жизнедеятельности;
* формирование знаний о тесной взаимосвязи сознания и жизнедеятельности личности и общества;
* использование для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, интернет-ресурсы и др.;
* самостоятельная организация учебной деятельности, оценка своего поведения, черт своего характера, физического и эмоционального состояния;
* формирование знаний о правах и обязанностях члена общества и учебного коллектива.

Реализация указанной программы предусматривает использование учебно-методического комплекта, включающего учебные программы, учебники и учебные пособия, методические и учебно- методические пособия, учебные наглядные и электронные пособия.

**Личностные результаты:** – усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте; – формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;

– усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед родиной;

– формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования; – формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира; – формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания; – освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах; – развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств 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, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности; – формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде; – осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи; – формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

**Метапредметные** результаты: – умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности; – умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач; – умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки; – умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и

правильность их решения; – овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности; – умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека; – умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях; – освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; – умение разработать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; – умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач; – формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности; – формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

**Предметные результаты**: – формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; – формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни; – понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества; – 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 и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение 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, их последствий для личности, общества и государства; – знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике; – умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим; – умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников; – умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей; – овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания. Организация и проведение занятий по предлагаемой программе позволяют эффективно использовать образовательный и воспитательный потенциал гимназии, создать благоприятные условия для личностного и познавательного развития учащихся, обеспечивают формирование важнейших компетенций гимназистов. Структурно в 9 классе курс представлен тремя разделами: Основы безопасности личности, общества и государства; Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи; Основы здорового образа жизни.

# Цели изучения курса (общеучебные и предметно-ориентированные).

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 9-ом классе направлено на достижение следующих целей:

* формирование у учащихся научных представлений о принципах и путях снижения

«фактора риска» в деятельности человека и общества выработка умений предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и адекватно противодействовать им;

* формирование у учащихся модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, а также развитие способностей оценивать опасные ситуации, принимать решения и действовать безопасно с учетом своих

возможностей.

Изучение тематики данной учебной программы направлено достижение следующих задач:

* + усвоение знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях и о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства;
  + усвоение знаний о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций;
  + усвоение знаний об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
  + усвоение знаний о здоровом образе жизни;
  + усвоение знаний и умений об оказании первой помощи при неотложных состояниях;
  + усвоение знаний о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;
  + развитие личных, духовных и физических качеств, обеспечивающих безопасное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
  + формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять требования, предъявляемые к гражданину Российской Федерации в области безопасности

жизнедеятельности;

* + воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности;
  + развитие умений предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
  + принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и своих возможностей.

# Уровни усвоения модулей.

Программа предусматривает формирование у обучающихся умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций по следующим направлениям:

* + 1. формирование способностей к предвидению ситуаций, опасных для человека, общества и окружающей среды, и правильного поведения в случае их возникновения;
    2. изучение основ здорового образа жизни, обеспечивающего полноценное безопасное существование и реализацию способностей и потребностей личности в повседневной жизни;
    3. ознакомление с необходимыми индивидуальными мерами безопасности в повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального и техногенного характера, с мероприятиями, проводимыми государством по защите населения;
    4. освоение правил и навыков защиты, позволяющих минимизировать возможный ущерб личности, обществу и окружающей среде в типовых опасных и чрезвычайных ситуациях;
    5. понимание причин возникновения и развития новых опасностей для человечества от собственной жизнедеятельности;
    6. формирование знаний о тесной взаимосвязи сознания и жизнедеятельности личности и общества;
    7. использование для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, интернет-ресурсы и др.;
    8. самостоятельная организация учебной деятельности, оценка своего поведения, черт своего характера, физического и эмоционального состояния;
    9. формирование знаний о правах и обязанностях члена общества и учебного коллектива.

# Планируемые результаты

1. Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность (от постановки цели до получения и оценки результата);
2. Использование элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа;
3. Участие в практической деятельности, проведении спортивно-тренировочных мероприятий, приобщение к творческой деятельности;
4. Поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа;
5. Освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
6. Воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде; к личному здоровью, как индивидуальной, так и общественной ценности; к безопасности личности, общества и государства;
7. Овладение умениями: предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и план своих действий в конкретной опасной ситуации, с учетом реальной обстановки и своих возможностей;
8. Развитие личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; потребность соблюдать нормы здорового образа жизни.

# Требования к уровню подготовки учащихся

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности в 9 классах ученик должен **знать:**

1. потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной

безопасности;

1. основные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях;
2. законодательную и нормативно-правовую базу Российской Федерации по обеспечению бе- зопасности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз и по организации борьбы с терроризмом;
3. наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и соци- ального характера, их последствия и классификацию;
4. основные виды террористических актов, их цели и способы осуществления;
5. правила поведения при угрозе террористического акта;
6. государственную политику борьбы за оборотом наркотических веществ.

# Ученик должен уметь:

1. предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам;
2. принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций;
3. действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;
4. пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
5. оказывать первую помощь при неотложных состояниях.

# Кроме того, учащиеся должны уметь применять полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

1. обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
2. активного отдыха в природных условиях;
3. оказания первой помощи пострадавшим;
4. соблюдения норм здорового образа жизни.

# Требования к уровню усвоения дисциплины.

* + Оценка «5» - ответ не требует дополнений, весь материал изложен в полном объеме. Речь хорошая.
  + Оценка «4» - в изложении материала допущены незначительные ошибки, неточности.
  + Оценка «3» - в усвоении и изложении материала имеются существенные пробелы, изложение не самостоятельное (наводящие вопросы учителя, помощь учащихся), в ответе имеются существенные ошибки.
  + Оценка «2» - основное содержание материала по вопросу не раскрыто

# Планирование по модулям (разделам) РАЗДЕЛ 1.

***Раздел I.* Основы безопасности личности, общества и государства(14 ч)** Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Цели, задачи, структура, режимы функционирования, силы и средства РСЧС.

Международное гуманитарное право. Защита жертв международных конфликтов. Определение международного гуманитарного права и сфера его применения. Правовая защита раненых, больных и потерпевших кораблекрушение. Медицинский и духовный персонал. Защита военнопленных. Гражданское население. Особая защита женщин и детей. От- ветственность за нарушение норм международного гуманитарного права.

Понятие о личной безопасности. Признаки, свидетельствующие о возможности совершения преступных действий. Защита от мошенников. Разновидности мошенничества. Понятие о преступлениях на сексуальной почве. Безопасное поведение девушек. Правила поведения девушки в обществе мужчины при возникновении угрозы или опасности насилия.

Правила поведения, уменьшающие риск встречи с насильниками и хулиганами. Правила поведения при встрече с хулиганами. Подручные средства самообороны и способы самозащиты.

Правила личной безопасности в опасных ситуациях криминогенного характера: на улице, в общественных местах, в общественном транспорте. Правила обеспечения сохранности личных вещей.

Психологические приемы самозащиты. Понятие о самозащите. Самооценка поведения. Уверенное и решительное поведение в криминогенных ситуациях. Правила тренировки уверенности. Что следует предпринять, если конфликт неизбежен. Что не рекомендуется делать при конфликте. Психологическое воздействие на насильника. Поведение при попытке изнасилования и насильственных действий сексуального характера.

# РАЗДЕЛ 2.

***Раздел II.* Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (7ч)**

Травматизм и его профилактика. Причины травматизма в школьном возрасте. Наиболее характерные причины травматизма в школе. Безопасное поведение дома.

Правила поведения на уроках физики, химии, во время перемен.

Причины травматизма на уроках физической культуры и во время занятий спортом. Виды спорта с высокой степенью травматического риска. Профилактика травматизма на уроках физической культуры и на занятиях спортом. Одежда, обувь и защитное снаряжение.

Безопасное поведение на улице. Правила поведения пешехода. Что делать, если вы оказались свидетелем или участником ДТП.

Профилактика осложнений ран. Понятие о ране. Виды ран. Антисептика. Виды антисептики. Антисептические средства и порядок их применения. Асептика.

Причины травм головы и позвоночника. Признаки и симптомы травм головы и позвоночника; первая помощь при них.

Сотрясение головного мозга: признаки и симптомы; первая помощь. Признаки и симптомы повреждения спины. Первая помощь при болях в спине.

Экстренная реанимационная помощь. Понятие о клинической смерти. Признаки клинической смерти. Основные правила определения признаков клинической смерти. Последовательность

проведения реанимационных мероприятий. Подготовка пострадавшего к реанимации. Понятие о прекардиальном ударе. Техника и последовательность действий при нанесении прекардиального удара. Понятие о непрямом массаже сердца. Техника и последовательность действий при проведении непрямого массажа сердца. Понятие об искусственной вентиляции легких. Техника и последовательность действий при проведении искусственной вентиляции легких. Отработка метода искусственного дыхания «рот в рот».

# РАЗДЕЛ 3.

***Раздел III.* Основы здорового образа жизни (13 ч)**

Понятие о здоровье. Составляющие здоровья: физическое, духовное, социальное. Взаимосвязь между духовным и общественным здоровьем. Факторы, влияющие на здоровье.

Основные компоненты здорового образа жизни: двигательная активность, рациональное питание, закаливание, режим труда и отдыха.

Система оздоровления организма человека.

Влияние внешней среды на организм человека. Факторы риска во внешней среде. Внутренняя среда организма.

Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья человека. Психическое здоровье и эмоциональное благополучие человека. Понятие о психическом здоровье и эмоциях. Влияние психического здоровья на эмоциональное благополучие, их взаимная зависимость.

Влияние эмоций на функции тела. Признаки эмоционального благополучия. Основные составляющие эмоционального благополучия. Условия эмоционального благополучия человека. Достижение эмоционального благополучия.

Психологическая уравновешенность в конфликтных ситуациях. Понятие о конфликте. Виды конфликтов и методы преодоления разногласий. Правила поведения в конфликтной ситуации. Управление чувствами и эмоциями в конфликтной ситуации. Приемы управления чувствами и эмоциями.

Понятие о суициде. Причины и факторы, повышающие вероятность суицида. Зависимость числа суицидов от возраста и пола. Суицид среди подростков и молодежи. Профилактика суицида.

Понятие о личной гигиене. Гигиена кожи. Правила ухода за кожей. Гигиена питания. Рекомендуемый набор пищевых продуктов в рационе взрослого человека. Группы продуктов питания. Суточное распределение пищевого рациона. Гигиена воды. Способы очистки воды. Гигиена одежды. Гигиена жилища. Нормы искусственной освещенности. Гигиена инди- видуального строительства.

Табакокурение и его последствия для здоровья курильщика и окружающих его людей. Профилактика табакокурения.

Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Профилактика употребления алкогольных напитков.

Понятие о наркомании и токсикомании. Действие наркотических и токсических веществ на организм человека. Три основных признака наркомании и токсикомании. Развитие психической зависимости от наркотика. Развитие физической зависимости от наркотика. Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами.

# Учебники

Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: учебник для общеобразовательных учреждений / С.Н Вангородский, М. М. Кузнецов, В. Н. Латчук, В. В. Марков. — М.: Дрофа, 2013.-207 с.

# Методические пособия к учебникам

Латчук В. Н., Марков В. В., Маслов А.Г. Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: методическое пособие. — М.: Дрофа.

# Тетради для оценки качества знаний

Латчук В. Н., Миронов С. К. Тетрадь для оценки качества знаний по основам безопасности жизнедеятельности. 9 класс. — М.: Дрофа.

# Рабочая тетрадь ученика

Латчук В. Н., Миронов С. К., Бурдаков Т.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: рабочая тетрадь ученика. 9 класс. — М.: Дрофа.

# Программы, методические и учебные пособия, дидактические материалы

Латчук В. Н., Миронов С. К., Вангородский С. Н., Ульянова М. А. Основы безопасности жизнедеятельности. 10—11 классы: рабочая программа. — М.: Дрофа.

Фролов М.П. Безопасное поведение на дорогах. 5—10 классы: программы дополнительного образования. — М.: Дрофа.

Дурнев Р. А., Смирнов А. Т. Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности школьников. 5— 11 классы: методическое пособие. — М.: Дрофа.

Евлахов В. М. Основы безопасности жизнедеятельности. Методика проведения занятий в общеобразовательном учреждении: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.

Латчук В. Н., Миронов С. К. Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека: учебнометодическое пособие. — М.: Дрофа.

Соловьев С. С. Основы безопасности жизнедеятельности. Алкоголь, табак и наркотики — главные враги здоровья человека: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.

Харьков Н. Г. Стрелковая подготовка в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности». 10—11 классы: методическое пособие. — М.: Дрофа.

Иашвили М. В., Петров С. В. Безопасность на дорогах и на транспорте: учебное пособие. — Новосибирск: АРТА.

Хромов Н. И. Методика проведения практических занятий по основам военной службы. 10—11 классы: учебнометодическое пособие. — М.: Дрофа.

Колодницкий Г. А., Кузнецов В. С., Петров С. В., Быструшкин С. К. Прикладная физическая подготовка и основы самообороны: учебное пособие. — Новосибирск: АРТА.

Вольхин С. Н., Ляшко В. Г., Снегирев А. В., Щербаков В. А. Основы защиты от терроризма: учебное пособие. — М.: Дрофа.

Петров С. В., Петрова А. С. Правовое регулирование и органы обеспечения безопасности жизнедеятельности: учебное пособие. — Новосибирск: АРТА.

# Справочные пособия

Акимов В. А., Дурнев Р. А., Миронов С. К. Защита от чрезвычайных ситуаций. 5—11 классы: энциклопедический справочник. — М.: Дрофа.

Латчук В. Н., Миронов С. К. Безопасность при пожарах: справочник по основам безопасности

жизнедеятельности. — М.: Дрофа.

Латчук В. Н., Миронов С. К. Безопасность при террористических актах: справочник по основам безопасности жизнедеятельности. — М.: Дрофа.

# Мультимедийные издания

Васьков О. А., Каранов В. К., Мирошниченко А. В. Структура Вооруженных Сил Российской Федерации: интерактивное наглядное пособие. — М.: Дрофа.

# Стационарные наглядные пособия

**ТАБЛИЦЫ ПО ОСНОВАМ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ («ДРОФА»)**

* Гражданская оборона Российской Федерации.
* Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций Российской Федерации.
* Средства индивидуальной защиты.
* Средства коллективной защиты.
* Личная гигиена.
* Инфекционные заболевания.
* Современные обычные средства поражения.
* Ядерное оружие.
* Химическое оружие.
* Бактериологическое оружие.

# ТАБЛИЦЫ ПО ПРАВИЛАМ ПОЖАРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ («ДРОФА»)

* Классификация пожаров.
* Причины пожаров в жилых и общественных зданиях.
* Признаки и поражающие факторы пожара.
* Правила поведения при пожаре в доме (квартире).
* Правила поведения при пожаре в общеобразовательном учреждении.
* Как выйти из задымленного помещения.
* Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру (помещение).
* Правила поведения при загорании телевизора.
* Правила поведения при загорании новогодней елки.
* Правила поведения в зоне лесного пожара.
* Правила безопасного тушения небольшого лесного пожара.
* Помощь человеку, на котором загорелась одежда.
* Первая медицинская помощь при термических ожогах.
* Первичные средства пожаротушения (огнетушители).
* Первичные средства пожаротушения (внутренний пожарный кран).

# ТАБЛИЦЫ ПО ЗАЩИТЕ ОТ ТЕРРОРИЗМА («ДРОФА»)

* Классификация терроризма.
* Взрывоопасные предметы.
* Безопасные расстояния до взрывоопасных предметов.
* Особенности поведения и одежды террориста-смертника.
* Правила безопасного поведения при угрозе взрыва.
* Как действовать, попав после взрыва в завал.
* Как действовать, попав под обстрел.
* Как действовать, попав в заложники.
* Действия при получении угрозы.
* Психологическая помощь в ситуациях террористического характера.

# ТАБЛИЦЫ О ФАКТОРАХ, РАЗРУШАЮЩИХ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА («ДРОФА»)

* Алкоголизм.
* Наркомания.
* Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД).
* Табакокурение.

# ТАБЛИЦЫ ПО ОСНОВАМ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ («ДРОФА»)

* Автомат Калашникова (АКМС). Назначение, боевые свойства и устройство.
* 9 мм пистолет Макарова (ПМ). Назначение, боевые свойства и устройство.
* 7,62 мм автомат Калашникова (АКМС). Неполная разборка и сборка.
* 9 мм пистолет Макарова (ПМ). Неполная разборка и сборка.
* Ручные осколочные гранаты.
* Приемы метания ручных осколочных гранат.
* Противопехотные и противотанковые мины.
* Признаки установки мин и фугасов.
* Инженерные заграждения.
* Фортификационные сооружения.

# Экранно-звуковые пособия

* Видеофильмы по основным темам и разделам курса ОБЖ среднего (полного) общего образования.
* Аудиозаписи для проведения занятий, соревнований и праздников.
* Слайды (диапозитивы) по тематике курса ОБЖ.
* Интерактивная доска, проектор, экран для проектора.

# Технические средства обучения

* Мультимедийный компьютер с пакетом программ и пособий по курсу ОБЖ.
* Сканер с приставкой для сканирования слайдов.
* Принтер лазерный.
* Цифровая видеокамера.
* Цифровая фотокамера.
* Телевизор с универсальной подставкой.
* Аудиоцентр.
* Копировальный аппарат.
* Диапроектор или оверхед (графопроектор).
* Мультимедиапроектор.
* Экран на штативе или навесной.
* Средства телекоммуникации (электронная почта, локальная школьная сеть, выход в Интернет).

# Учебно-практическое оборудование

* Аудиторная доска с магнитной поверхностью и набором приспособлений для крепления таблиц.
* Штатив для карт и таблиц.
* Укладки для аудиовизуальных средств (слайдов, кассет и др.).
* Войсковые приборы химической разведки (ВПХР).
* Бытовые дозиметры.
* Компасы.
* Визирные линейки.
* Транспортиры.
* Бинты марлевые.
* Вата гигроскопическая нестерильная.
* Вата компрессная. Воронки стеклянные.
* Грелки.
* Жгуты кровоостанавливающие.
* Индивидуальные перевязочные пакеты.
* Косынки перевязочные.
* Клеенка компрессная.
* Клеенка подкладочная.
* Ножницы для перевязочного материала (прямые).
* Повязки малые стерильные.
* Повязки большие стерильные.
* Шприц-тюбики одноразового пользования.
* Шинный материал (плотные куски картона, рейки и т. п.) длиной от 0,7 до 1,5 м.
* Противогазы.
* Фильтрующие и изолирующие средства защиты кожи. Респираторы.
* Аптечка индивидуальная (АИ-2).
* Противохимические пакеты.
* Носилки санитарные.
* Противопыльные тканевые маски.
* Марлевые повязки.

# Макеты и тренажеры

* Макеты местности с потенциально опасными объектами, дорогами, водоемами, убежищами и т. п.
* Макеты жилых и промышленных зданий с системами жизнеобеспечения и технологическим оборудованием.
* Макеты фильтрующих и изолирующих противогазов, респираторов в разрезе.
* Макеты убежищ, укрытий с основными и вспомогательными помещениями, системами жизнеобеспечения в разрезе.
* Массогабаритные макеты автомата Калашникова.
* Тренажеры для оказания первой помощи.

# Специализированная учебная мебель

* Компьютерные столы.
* Шкафы (ящики) для хранения карт.
* Ящики для хранения таблиц.

# Структура курса

**Распределение учебного материала (в учебных часах)**

|  |  |
| --- | --- |
| **Наименования разделов и тем** | 9 **класс** |
| ***Раздел I.* Основы безопасности личности, общества и государства** | **14** |
| Современный комплекс проблем безопасности | **5** |
| Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) | **3** |
| Международное гуманитарное право | **3** |
| Безопасное поведение в криминогенных ситуациях | **3** |
| ***Раздел II.* Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи** | **7** |
| Профилактика травм в старшем возрасте | **3** |
| Основы медицинских знаний | **4** |
| ***Раздел III.* Основы здорового образа жизни** | **13** |
| Здоровье и здоровый образ жизни | **3** |
| Личная гигиена | **3** |
| Физиологические и психологические особенности организма подростка | **4** |
| Факторы, разрушающие здоровье человека | **3** |
| **ИТОГО** | **34** |

# Календарно-тематическое планирование уроков ОБЖ

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №№ урока | План-дата | | корре ктиро вка | Количество часов | | | Тема урока | Содержание | Информационны технологии |
| все го | К | П |
| По плану | Факт ичес ки. |
| **Основы безопасности личности, общества и государства (14ч)** | | | | | | | | | |
| **Современный комплекс проблем безопасности (5 ч)** | | | | | | | | | |
| **1.** |  |  |  | **1** |  |  | Правовые основы  обеспечения | Конституция РФ как гарант безопасности и  защиты человека. ФЗ «О защите населения и | Интерактивная презентация |
|  |  |  | безопасности личности, | территорий от ЧС природного и техногенного |  |
|  |  |  | общества и | характера», «О безопасности», «Об обороне», |  |
|  |  |  | государства. | «О гражданской обороне», «О пожарной |  |
|  |  |  |  | безопасности», «О безопасности дорожного |  |
|  |  |  |  | движения», «О противодействии терроризму», |  |
|  |  |  |  | «О наркотических средствах и психотропных |  |
|  |  |  |  | веществах», назначение и краткая |  |
|  |  |  |  | характеристика. Наиболее важные подзаконные |  |
|  |  |  |  | акты РФ в области обеспечения безопасности |  |
|  |  |  |  | личности, общества и государства./ |  |
|  |  |  |  | **Изучают** положение Конституции РФ, |  |
|  |  |  |  | федеральные законы и подзаконные акты в |  |
|  |  |  |  | области обеспечения безопасности личности, |  |
|  |  |  |  | общества и государства. |  |
| **2.** |  |  |  | **1** |  |  | Угрозы национальной  безопасности | Понятие о национальной безопасности РФ.  Стратегия национальной безопасности РФ до | Интерактивная презентация |
|  |  |  | Российской Федерации. | 2020 года. Основные направления обеспечения |  |
|  |  |  |  | национальной безопасности РФ. Угрозы в сфере |  |
|  |  |  |  | военной безопасности. В сфере государственной |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | о общественной безопасности, защита от этих угроз./  **Получают** представление об угрозах национальной безопасности РФ, основных направлениях и стратегии ее обеспечения. |  |
| **3.** |  |  |  | **1** |  |  | Международный  терроризм как угроза | Понятие о терроризме. Цели террористических  организаций. Типы терроризма и их | Интерактивная презентация |
|  |  |  | национальной | характеристика. Основные направления |  |
|  |  |  | безопасности. | международного сотрудничества в сфере |  |
|  |  |  |  | антитеррористической деятельности. Правовая |  |
|  |  |  |  | основа антитеррористической деятельности в |  |
|  |  |  |  | России./ |  |
|  |  |  |  | ***Знать:*** типы терроризма и их характеристика |  |
|  |  |  |  | ***Иметь представление:*** об основные |  |
|  |  |  |  | направления международного сотрудничества в |  |
|  |  |  |  | сфере антитеррористической деятельности. |  |
| **4.** |  |  |  | **1** |  |  | Наркотизм и  национальная | Понятие о наркотизме, наркомании и  токсикомании, их характеристика. Социальная | Интерактивная презентация |
|  |  |  | безопасность. | опасность наркотизма. Основы государственной |  |
|  |  |  |  | политики в отношении оборота наркотических |  |
|  |  |  |  | средств и психотропных веществ. Федеральный |  |
|  |  |  |  | закон «о наркотических средствах и |  |
|  |  |  |  | психотропных веществах»./ |  |
|  |  |  |  | **Получают** представления о наркотизме, |  |
|  |  |  |  | наркомании и токсикомании. |  |
|  |  |  |  | **Изучают** основы государственной политики в |  |
|  |  |  |  | отношении оборота наркотических средств и |  |
|  |  |  |  | психотропных веществ. |  |
| **5.** |  |  |  | **1** |  |  | Гражданская оборона  как составная часть | Понятие о гражданской обороне. Основные  задачи гражданской обороны. Силы и средства | Интерактивная презентация |
|  |  |  | системы национальной | гражданской обороны. Управление, |  |
|  |  |  | безопасности. | организация и ведение гражданской обороны в |  |
|  |  |  |  | РФ. Федеральный закон «О гражданской |  |
|  |  |  |  | обороне»./ |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Получают** представление об основных задачах,  силах и средствах гражданской обороны. |  |
| **Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) (3ч)** | | | | | | | | | |
| **6.** |  |  |  | **1** |  |  | Цели, задачи и  структура РСЧС. | История создания единой государственной  системы предупреждения и ликвидации | Интерактивная презентация |
|  |  |  |  | чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Функции, |  |
|  |  |  |  | задачи и структура РСЧС. Функциональные |  |
|  |  |  |  | подсистемы РСЧС и их функции. |  |
|  |  |  |  | Территориальные подсистемы РСЧС и их |  |
|  |  |  |  | функции. Координационные органы РСЧС и их |  |
|  |  |  |  | задачи. Постоянно действующие органы |  |
|  |  |  |  | управления РСЧС и их функции. Органы |  |
|  |  |  |  | повседневного управления РСЧС./ |  |
|  |  |  |  | **Знать:** предназначение, структуру и задачи |  |
|  |  |  |  | РСЧС |  |
|  |  |  |  | **Использовать:** полученные знания для |  |
|  |  |  |  | обращения в случае необходимости в службы |  |
|  |  |  |  | экстренной помощи. |  |
| **7.** |  |  |  | **1** |  |  | Цели, задачи и  структура РСЧС. | История создания единой государственной  системы предупреждения и ликвидации | Интерактивная презентация |
|  |  |  |  | чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Функции, |  |
|  |  |  |  | задачи и структура РСЧС. Функциональные |  |
|  |  |  |  | подсистемы РСЧС и их функции. |  |
|  |  |  |  | Территориальные подсистемы РСЧС и их |  |
|  |  |  |  | функции. Координационные органы РСЧС и их |  |
|  |  |  |  | задачи. Постоянно действующие органы |  |
|  |  |  |  | управления РСЧС и их функции. Органы |  |
|  |  |  |  | повседневного управления РСЧС./ |  |
|  |  |  |  | **Знать:** предназначение, структуру и задачи |  |
|  |  |  |  | РСЧС |  |
|  |  |  |  | **Использовать:** полученные знания для |  |
|  |  |  |  | обращения в случае необходимости в службы |  |
|  |  |  |  | экстренной помощи. |  |
| **8.** |  |  |  | **1** |  |  | Режимы | Режимы функционирования РСЧС. Основные | Интерактивная |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  | функционирования, силы и средства РСЧС. | мероприятия, проводимые органами управления и силами РСЧС: в режиме повседневной деятельности, режиме повышенной готовности, режиме чрезвычайной ситуации. Силы и средства РСЧС. Силы и средства наблюдения и контроля. Силы ликвидации чрезвычайных ситуаций./  **Знать:** режимы функционирования РСЧС, силы и средства РСЧС  **Использовать:** полученные знания для обращения в случае необходимости в службы  экстренной помощи, полученные знания для обеспечения личной безопасности. | презентация |
| **Международное гуманитарное право (3ч)** | | | | | | | | | |
| **9.** |  |  |  | **1** |  |  | Международное гуманитарное право. Сфера применения и ответственности за нарушение норм. | Понятие о международном гуманитарном  праве. Области международного гуманитарного права. Лица, находящиеся под защитой международного гуманитарного права. Основные документы международного гуманитарного права./  **Иметь представление:** о международной системе гуманитарного реагирования.  **Уметь:** осуществлять поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа. | Интерактивная презентация |
| **10.** |  |  |  | **1** |  |  | Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение,  медицинского и духовного персонала**.** | Основные требования международного гуманитарного права по защите раненых и больных из состава действующей армии. Основные требования международного гуманитарного права по защите раненых, больных и потерпевших кораблекрушение из состава вооруженных сил на море. Правовая защита медицинского и духовного персонала,  выполняющего свои функции во время военных | Интерактивная презентация |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | действий. Международное движение Красного Креста и Красного Полумесяца, его организации и эмблемы./  **Иметь представление:** о целях, задачах и принципах гуманитарной деятельности.  **Уметь:** отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды. **Использовать**: полученные знания для воспитания потребности оказывать помощь пострадавшим в различных опасных ситуациях. |  |
| **11.** |  |  |  | **1** |  |  | Защита военнопленных и гражданского населения. | Понятие о комбатантах в международном. Категории лиц, относящиеся к комбатантам. Основные требования международного гуманитарного права по защите военнопленных. Основные требования международного гуманитарного права по защите лиц из числа гражданского населения, находящегося во власти противника. Особая защита международным гуманитарным правом женщин и детей./  **Знать:** основные требования по защите военнопленных и гражданского персонала.  **Использовать:** полученные знания для воспитания потребности оказывать помощь пострадавшим в различных опасных ситуациях. | Интерактивная презентация |
| **Безопасное поведение в криминогенных ситуациях (3ч)** | | | | | | | | | |
| **12.** |  |  |  | **1** |  |  | Защита от мошенников. | Понятие о мошенничестве. Основные черты мошенника. Виды мошенничества: хищение путем обмана, хищение путем злоупотребления доверием. Уголовная ответственность за мошенничество. Основные приемы  мошенничества. Правила защиты от мошенников./ | Интерактивная презентация |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | **Знать:** об уголовной ответственности несовершеннолетних и видах наказаний.  **Использовать:** полученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для безопасного  поведения. |  |
| **13.** |  |  |  | **1** |  |  | Безопасное поведение  девушек. | Понятие о преступлениях на сексуальной почве.  Уголовная ответственность за насильственные | Интерактивная  презентация |
|  |  |  |  | действия сексуального характера. Лица, |  |
|  |  |  |  | представляющие угрозу насильственных |  |
|  |  |  |  | действий и их психологический портрет. |  |
|  |  |  |  | Правила безопасного поведения и |  |
|  |  |  |  | психологической защиты по предотвращению |  |
|  |  |  |  | насильственных действий сексуального |  |
|  |  |  |  | характера./ |  |
|  |  |  |  | **Знать:** правила поведения в криминогенных |  |
|  |  |  |  | ситуациях. |  |
|  |  |  |  | **Использовать:** полученные знания в |  |
|  |  |  |  | повседневной жизни для развития черт |  |
|  |  |  |  | личности, необходимых для безопасного |  |
|  |  |  |  | поведения. |  |
| **14.** |  |  |  | **1** |  |  | Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из  конфликтных ситуаций. | Психология преступника в выборе  «жертвы». Признаки потенциальной  «жертвы» и признаки неуязвимости уверенного в себе человека. Развитие качеств личности уверенного человека.  Правила поведения, уменьшающие риск | Интерактивная презентация |
|  |  |  |  | встречи с насильниками и хулиганами. |  |
|  |  |  |  | Правила профилактики и самозащиты от |  |
|  |  |  |  | нападения насильников и хулиганов./ |  |
|  |  |  |  | **Знать:** правила поведения в |  |
|  |  |  |  | криминогенных ситуациях. |  |
|  |  |  |  | **Использовать:** полученные знания в |  |
|  |  |  |  | повседневной жизни для развития черт |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | личности, необходимых для безопасного поведения. |  |
| **Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (7ч)** | | | | | | | | | |
| **Профилактика травм в старшем возрасте (3ч)** | | | | | | | | | |
| **15.** |  |  |  | **1** |  |  | Причины травматизма и пути их предотвращения. | Причины травматизма в старшем школьном возрасте. Наиболее характерные причины травм и повреждений у подростков и рекомендации по их предотвращению./  **Знать:** причины травматизма школьников. **Владеть навыками:** безопасного поведения по его предотвращению. | Интерактивная презентация |
| **16.** |  |  |  | **1** |  |  | Безопасное поведение  дома и на улице. | Понятие о бытовом травматизме. Рекомендации  по предотвращению травм в домашних | Интерактивная  презентация |
|  |  |  |  | условиях. Предотвращение травм при пожаре в |  |
|  |  |  |  | доме (квартире). Предотвращение травм при |  |
|  |  |  |  | обращении с электрическими приборами и |  |
|  |  |  |  | электрооборудованием. Предотвращение травм |  |
|  |  |  |  | на улице и на водоемах. Предотвращение травм |  |
|  |  |  |  | в дорожно-транспортных происшествиях. |  |
|  |  |  |  | Предотвращение травм в доме (на кухне, в |  |
|  |  |  |  | ванной комнате, при проведении ремонта)./ |  |
|  |  |  |  | ***Знать:*** правила безопасного поведения дома и |  |
|  |  |  |  | на улице. |  |
|  |  |  |  | ***Уметь:*** соблюдать правила безопасного |  |
|  |  |  |  | поведения, помогающие предотвратить |  |
|  |  |  |  | травматизм дома и |  |
|  |  |  |  | на улице. |  |
|  |  |  |  | ***Использовать:*** полученные знания для |  |
|  |  |  |  | воспитания ценностного отношения к своему |  |
|  |  |  |  | здоровью и жизни. |  |
| **17.** |  |  |  | **1** |  |  | Безопасное поведение в  школе, на занятиях | Понятие о школьном травматизме.  Предотвращение травм на уроках физики при | Интерактивная  презентация |
|  |  |  | физкультурой и | работе электроприборами и |  |
|  |  |  | спортом. | электрооборудованием. Предотвращение травм |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | на уроках химии. Предотвращение травм на уроках физкультуры и при занятиях спортом. Предотвращение травм на переменах./  **Знать:** правила безопасного поведения на уроках в школе.  **Уметь:** соблюдать правила безопасного  поведения, помогающие предотвратить травмы. **Использовать:** полученные знания для воспитания ценностного отношения к своему здоровью и жизни. |  |
| **Основы медицинских знаний (4ч)** | | | | | | | | | |
| **18.** |  |  |  | **1** |  |  | Профилактика  осложнений ран. | Понятие об асептике. Виды ранений, при  которых необходимо выполнение мероприятий | Интерактивная  презентация |
|  |  |  | Асептика и | по предотвращению инфицирования и |  |
|  |  |  | антисептика. | ускорению заживления. Значение асептической |  |
|  |  |  |  | повязки. Система асептических мероприятий. |  |
|  |  |  |  | Понятие об антисептике. Виды антисептики. |  |
|  |  |  |  | Химические и биологические средства |  |
|  |  |  |  | антисептики, их характеристика и применение./ |  |
|  |  |  |  | **Знать:** виды ранений. |  |
|  |  |  |  | **Иметь представление:** об асептике и |  |
|  |  |  |  | антисептике. |  |
| **19.** |  |  |  | **1** |  |  | Травмы головы,  позвоночника и спины. | Причины и признаки травм головы и  позвоночника. Оказание первой помощи при | Интерактивная  презентация |
|  |  |  |  | травмах головы и позвоночника. Сотрясение |  |
|  |  |  |  | головного мозга, признаки и симптомы. |  |
|  |  |  |  | Основные правила оказания первой помощи |  |
|  |  |  |  | при сотрясении головного мозга. Боли в спине. |  |
|  |  |  |  | Признаки и симптомы повреждения спины. |  |
|  |  |  |  | Предотвращение появления болей в спине. |  |
|  |  |  |  | Первая помощь при болях в спине./ |  |
|  |  |  |  | **Знать:** причины и признаки травм головы и |  |
|  |  |  |  | позвоночника. |  |
|  |  |  |  | **Уметь:** определять признаки и оказывать |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | первую помощь  позвоночника | при | травмах | головы | и |  |
| **20.** |  |  |  | **1** |  | **1** | Экстренная  реанимационная | Понятие о клинической смерти. Признаки  клинической смерти. Основные правила | | | | | Интерактивная  презентация |
|  |  |  |  | помощь. | определения признаков клинической смерти. | | | | |  |
|  |  |  |  |  | Последовательность проведения | | | | |  |
|  |  |  |  |  | реанимационных мероприятий. Подготовка | | | | |  |
|  |  |  |  |  | пострадавшего к реанимации./ | | | | |  |
|  |  |  |  |  | **Знать:** признаки клинической смерти. | | | | |  |
|  |  |  |  |  | **Иметь представление:** о последовательности | | | | |  |
|  |  |  |  |  | проведения реанимационных мероприятий. | | | | |  |
| **21.** |  |  |  | **1** |  |  | Основные  неинфекционные | Общие сведения о неинфекционных  заболеваниях. Характеристика наиболее | | | | | Интерактивная  презентация |
|  |  |  | заболевания. | распространенных и опасных неинфекционных | | | | |  |
|  |  |  |  | заболеваний и факторы, влияющие на их | | | | |  |
|  |  |  |  | возникновение. Основные причины роста | | | | |  |
|  |  |  |  | неинфекционных заболеваний./ | | | | |  |
|  |  |  |  | **Получить представление:** о наиболее | | | | |  |
|  |  |  |  | распространенных и опасных неинфекционных | | | | |  |
|  |  |  |  | заболеваниях. | | | | |  |
| **Основы здорового образа жизни (13ч)** | | | | | | | | | | | | | |
| **Здоровье и здоровый образ жизни (3ч)** | | | | | | | | | | | | | |
| **22.** |  |  |  | **1** |  |  | Здоровье человека. | Понятие о здоровье. Составляющие здоровья.  Духовное и физическое здоровье, их | | | | | Интерактивная  презентация |
|  |  |  |  | характеристика. Взаимосвязь духовного | | | | |  |
|  |  |  |  | здоровья с социальным. Критерии оценки | | | | |  |
|  |  |  |  | здоровья детей и подростков. Характеристика | | | | |  |
|  |  |  |  | групп здоровья детей и подростков. | | | | |  |
|  |  |  |  | Общественное и индивидуальное здоровье. | | | | |  |
|  |  |  |  | Факторы, влияющие на здоровье человека./ | | | | |  |
|  |  |  |  | **Получить представление:** о составляющих | | | | |  |
|  |  |  |  | здоровья человека, критериях его оценки, | | | | |  |
|  |  |  |  | группах здоровья детей и подростков. | | | | |  |
|  |  |  |  | Использовать: приобретенные | | | | |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | знания в повседневной жизни для ведения  здорового образа жизни. |  | |
| **23.** |  |  |  | **1** |  |  | Здоровый образ жизни  как путь к достижению | Влияние здорового образа жизни на  формирование личности. Элементы здорового | Интерактивная  презентация | |
|  |  |  | высокого уровня | образа жизни и их характеристика. Факторы |  | |
|  |  |  | здоровья и | риска. Теории оздоровления человеческого |  | |
|  |  |  | современные методы | организма. Оздоровительные системы и их |  | |
|  |  |  | оздоровления. | составляющие. Индивидуальный подход к |  | |
|  |  |  |  | выбору оздоровительной системы./ |  | |
|  |  |  |  | **Знать:** основное определение понятия |  | |
|  |  |  |  | «здоровый образ жизни»; факторы, влияющие |  | |
|  |  |  |  | на здоровье. |  | |
|  |  |  |  | **Использовать:** приобретенные знания в |  | |
|  |  |  |  | повседневной жизни для ведения здорового |  | |
|  |  |  |  | образа жизни. |  | |
| **24.** |  |  |  | **1** |  |  | Факторы риска во  внешней среде и их | Внешняя среда и ее воздействие на человека.  Физические, химические, биологические и | | Интерактивная презентация |
|  |  |  | влияние на внутренюю | социальные факторы риска внешней среды и их | |  |
|  |  |  | среду организма | характеристика. Факторы риска психического | |  |
|  |  |  | человека и его | характера. Внутренняя среда организма. | |  |
|  |  |  | здоровье. | Способность организма поддерживать в | |  |
|  |  |  |  | заданных пределах состояние внутренней | |  |
|  |  |  |  | среды./ | |  |
|  |  |  |  | **Получить представление:** о влиянии факторов | |  |
|  |  |  |  | риска, риска внешней среды на внутреннюю | |  |
|  |  |  |  | среду организма человека. | |  |
|  |  |  |  | **Использовать:** приобретенные знания в | |  |
|  |  |  |  | повседневной жизни для ведения здорового | |  |
|  |  |  |  | образа жизни. | |  |
| **Личная гигиена (3ч)** | | | | | | | | | |  |
| **25.** |  |  |  | **1** |  |  | Понятие личной  гигиены. Гигиена кожи | Общие сведения о гигиене. Задачи гигиены.  Понятие о личный гигиене и ее составляющие. | | Интерактивная презентация |
|  |  |  | и одежды. | Общие сведения о коже человека и ее функциях. | |  |
|  |  |  |  | Гигиена кожи. Главная функция одежды | |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | человека. Гигиенические требования к одежде, обуви и головным уборам./  **Знать:** правила личной гигиены, ухода за кожей и одеждой.  **Получить представление:** о гигиене и ее составляющих, гигиенических требованиях к одежде, обуви и головным уборам. |  |
| **26.** |  |  |  | **1** |  |  | Гигиена питания и  воды. | Зависимость жизнедеятельности организма  человека от питания и воды. Общие сведения о | Интерактивная презентация |
|  |  |  |  | продуктах животного и растительного |  |
|  |  |  |  | происхождения. Гигиенические требования к |  |
|  |  |  |  | питанию. Совместимость пищевых продуктов. |  |
|  |  |  |  | Соотношение продуктов животного и |  |
|  |  |  |  | растительного происхождения в рационе |  |
|  |  |  |  | питания человека. Рекомендуемое количество |  |
|  |  |  |  | белков, жиров и углеводов для детей и |  |
|  |  |  |  | подростков. Режим питания. Распределения |  |
|  |  |  |  | рациона питания в течение дня. Общие сведения |  |
|  |  |  |  | о воде. Гигиенические требования к воде./ |  |
|  |  |  |  | **Знать:** общие сведения о продуктах животного |  |
|  |  |  |  | и растительного происхождения и питьевой |  |
|  |  |  |  | воде. |  |
|  |  |  |  | **Научиться:** соблюдать режим питания, |  |
|  |  |  |  | правильно распределять рацион питания в |  |
|  |  |  |  | течение дня. Использовать: приобретенные |  |
|  |  |  |  | знания для обеспечения личной безопасности и |  |
|  |  |  |  | здоровья. |  |
| **27.** |  |  |  | **1** |  |  | Гигиена жилища и  индивидуального | Зависимость состояния здоровья человека от  условий жизни. Гигиенические требования, | Интерактивная презентация |
|  |  |  | строительства. | предъявляемые к современному жилищу. |  |
|  |  |  |  | Гигиенические требования к микроклимату |  |
|  |  |  |  | жилого помещения: комнатной температуре, |  |
|  |  |  |  | относительной влажности воздуха, скорости |  |
|  |  |  |  | движения комнатного воздуха, естественному и |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | | искусственному освещению. Гигиенические требования, предъявляемые к индивидуальному строительству загородных домов. Гигиенические требования при планировке территории. Гигиенические требования к водоснабжению и канализации. Гигиенические требования к сбору, обезвреживанию и удалению отбросов (отходов)./  **Получить представление:** о гигиенических требованиях к современному жилищу и индивидуальному строительству загородных домов.  **Использовать:** приобретенные знания для обеспечения личной безопасности и здоровья. |  |
| **Физиологические и психологические особенности организма подростка (4 ч)** | | | | | | | | | | |
| **28.** |  |  |  | **1** |  |  | Физиологическое  психологическое | и | Особенности физического развития в  подростковом и юношеском возрасте. Внешние | Интерактивная презентация |
|  |  |  | развитие подростков. |  | изменения организма. Развитие нервной |  |
|  |  |  |  |  | системы и двигательных функций. Активизация |  |
|  |  |  |  |  | работы желез внутренней секреции. Развитие |  |
|  |  |  |  |  | сердечно-сосудистой системы и системы |  |
|  |  |  |  |  | кровообращения. Неустойчивость организма к |  |
|  |  |  |  |  | температурным воздействиям. Особенности |  |
|  |  |  |  |  | психологического развития в подростковом и |  |
|  |  |  |  |  | юношеском возрасте: повышенная |  |
|  |  |  |  |  | эмоциональность и неустойчивость нервной |  |
|  |  |  |  |  | системы. Рекомендации по предупреждению |  |
|  |  |  |  |  | повышенной нервной возбудимости./ |  |
|  |  |  |  |  | психологическое развитие подростков. |  |
|  |  |  |  |  | **Знать:** о физическом и психологическом |  |
|  |  |  |  |  | развитии в подростковом и юношеском |  |
|  |  |  |  |  | возрасте. |  |
|  |  |  |  |  | **Уметь:** учитывать эти особенности при |  |
|  |  |  |  |  | общении с окружающими. |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **29.** |  |  |  | **1** |  |  | Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции. | Понятие о состоянии влюбленности. Психологические особенности взаимоотношений подростков (юношей и девушек) в этом состоянии. Первые чувства и проявления любви. Вопросы нравственности во взаимоотношениях полов./  **Получить представление:** об особенностях особенностях отношений юношей и девушек. | Интерактивная презентация |
| **30.** |  |  |  | **1** |  |  | Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных  ситуациях. | Понятие о конфликте. Виды конфликтов и методы преодоления разногласий. Правила поведения в конфликтной ситуации. Управление чувствами и эмоциями в конфликтной ситуации. Приемы управления чувствами и эмоциями. Общение с возбужденным собеседником. Приемы снятия эмоционального возбуждения./ **Знать:** виды конфликтов.  **Уметь:** правильно вести себя в конфликтных ситуациях. | Интерактивная презентация |
| **31.** |  |  |  | **1** |  |  | Суицидальное  поведение в | Общие сведения о суицидах. Опасные ситуации,  связанные с суицидами (самоубийствами). | Интерактивная презентация |
|  |  |  | подростковом возрасте. | Причины и факторы, повышающие вероятность |  |
|  |  |  |  | суицидов. Зависимость числа суицидов от |  |
|  |  |  |  | возраста и пола. Суициды среди подростков, |  |
|  |  |  |  | молодежи и студентов. Понятие об угнетенном |  |
|  |  |  |  | психическом состоянии и депрессии, пути их |  |
|  |  |  |  | преодоления. Профилактика суицидов./ |  |
|  |  |  |  | Получить представление: о причинах и |  |
|  |  |  |  | профилактике суицидов. Уметь: преодолевать |  |
|  |  |  |  | угнетенное психическое состояние и депрессию. |  |
| **Факторы, разрушающие здоровье человека (3 ч)** | | | | | | | | | |
| **32.** |  |  |  | **1** |  |  | Употребление табака. | Понятие о табакокурении. Состав табачного  дыма. Никотин и признаки его отравления. | Интерактивная презентация |
|  |  |  |  | Опасное воздействие угарного газа и |  |
|  |  |  |  | радиоактивных веществ, содержащихся в |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | табаке. Стадии никотиновой зависимости и их характеристика. Негативное воздействие табачного дыма на организм человека. Профилактика и отказ от табакокурения./  Сформировать: у себя негативное отношение к табакокурению.  **Использовать:** приобретенные знания для обеспечения личной. |  |
| **33.** |  |  |  | **1** |  |  | Употребление  алкоголя. Наркомания | Алкоголь и его влияние на здоровье.  Разрушающее воздействие алкоголя на все | Интерактивная презентация |
|  |  |  | и токсикомания. | системы и органы человека. Последствия |  |
|  |  |  |  | воздействия алкоголя на головной мозг, |  |
|  |  |  |  | пищеварительную функцию, печень, железы |  |
|  |  |  |  | внутренней секреции, поджелудочную железу, |  |
|  |  |  |  | половую функцию и т. д. Развитие алкоголизма. |  |
|  |  |  |  | Понятие о пьянстве и алкоголизме. Похмельный |  |
|  |  |  |  | синдром и его признаки. Первая помощь при |  |
|  |  |  |  | алкогольном отравлении. Профилактика |  |
|  |  |  |  | разрушающего влияния алкоголя на здоровье. |  |
|  |  |  |  | Понятие о наркомании и токсикомании. |  |
|  |  |  |  | Действие наркотических веществ на организм |  |
|  |  |  |  | человека. Признаки наркомании и |  |
|  |  |  |  | токсикомании. Развитие психической |  |
|  |  |  |  | зависимости от наркотика. Развитие физической |  |
|  |  |  |  | зависимости от наркотика. Признаки |  |
|  |  |  |  | наркотического отравления и отравления |  |
|  |  |  |  | лекарственными препаратами. Первая помощь |  |
|  |  |  |  | при наркотическом отравлении. Первая помощь |  |
|  |  |  |  | при отравлении лекарственными препаратами./ |  |
|  |  |  |  | **Сформировать:** у себя негативное отношение к |  |
|  |  |  |  | употреблению алкоголя. |  |
|  |  |  |  | **Уметь:** оказывать первую помощь при |  |
|  |  |  |  | отравлении алкоголем. |  |
|  |  |  |  | **Сформировать**: у себя негативное отношение к |  |

Формы контроля:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  | употреблению психоактивных веществ.  **Уметь:** оказывать первую помощь при отравлении наркотиками и лекарственными препаратами. |  |
| **34.** |  |  |  | **1** |  |  | Заболевания  передающиеся | Понятие о заболеваниях, передаваемых  половым путем, и их опасность для здоровья | Интерактивная презентация |
|  |  |  | половым путем. | человека. Характеристика наиболее |  |
|  |  |  |  | распространенных заболеваний, передаваемых |  |
|  |  |  |  | половым путем, и их профилактика. Понятие о |  |
|  |  |  |  | синдроме приобретенного иммунодефицита |  |
|  |  |  |  | (СПИД) и ВИЧ-инфекции, их профилактика./ |  |
|  |  |  |  | **Получить представление:** о заболеваниях, |  |
|  |  |  |  | передающихся половым путем, и путях их |  |
|  |  |  |  | профилактики. |  |
|  |  |  |  | **Использовать:** приобретенные знания для |  |
|  |  |  |  | обеспечения личной безопасности и здоровья. |  |

ОСР – обучающая самостоятельная работа ДРЗ – дифференцированное решение задач ФО – фронтальный опрос

ИРД – индивидуальная работа у доски ТЗ – творческое задание

ИРК – индивидуальная работа по карточкам СР – самостоятельная работа

ПР – проверочная работа Т – тестовая работа

ФПК – фронтальный письменный контроль КЗУ – контроль знаний и умений