

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» для 9 класса составлена на основе программы для учащихся общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности 5-11 классы» (авторы Латчук В.Н., Миронов С.К., Вангородский С.Н. - М.: Дрофа, 2009) в соответствии с Федеральным компонентом государственного стандарта общего образования курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования.

Цели и задачи изучения предмета.

- воспитание у обучающихся ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства;
- развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера в современных условиях жизнедеятельности; чувства ответственности за своё поведение, бережного отношения к своему здоровью и окружающим, стимулирование у ребёнка самостоятельности в принятии решений;
- освоение знаний о безопасном поведении человека в чрезвычайных ситуациях различного характера;
- формирование умений оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья, навыков безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях, использования средств индивидуальной и коллективной защиты.

Планируемые результаты:

В результате изучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в 9 классе обучающиеся должны

знать/понимать

- основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального характера;
- структуру, назначение и задачи РСЧС;
- основные положения международного гуманитарного права;
- основные правила поведения для профилактики травм в повседневной жизни дома, на улице, в школе и при занятиях спортом;

уметь

- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
 - оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;
 - вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;

использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
- пользования бытовыми приборами и инструментами;
- проявления бдительности, безопасного поведения при угрозе террористического акта;
- обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Тематическое планирование

№ п/п	Количество часов	Разделы, темы	Элементы содержания		
--------------	-------------------------	----------------------	----------------------------	--	--

Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (11 часов)						
1	1		Цели и задачи РСЧС. Структура РСЧС	РСЧС, подсистемы и уровни РСЧС, координирующие и постоянно действующие органы РСЧС, комиссии по ЧС и их полномочия		
2	1		Режимы функционирования РСЧС. Силы и средства РСЧС	Режимы работы РСЧС, механизм их реализации, подразделения МЧС и их функции		
3	1		Практическое занятие «Действия учащихся при пожаре в школе»	Эвакуация из здания при угрозе возникновения пожара, первичные средства пожаротушения и правила их использования		
4	1		Определение международного гуманитарного права и сфера его применения.	История появления международного гуманитарного права, Женевские конвенции и дополнительные протоколы к ним, нормы МГП, категории граждан, в отношении которых применяются нормы МГП		
5	1		Правовая защита раненых, больных и потерпевших кораблекрушение.	Комбатанты, требования МГП в отношении раненых, больных и потерявших кораблекрушение		

6	1		Медицинский и духовный персонал. Защита военнопленных. Гражданское население.	Нормы МГП в отношении военнопленных, отличительные знаки медицинских формирований		
7	1		Ответственность за нарушение норм международного гуманитарного права	Ответственность отдельных граждан и государства за невыполнение норм МГП		
8	1		Защита от мошенников	Преступление, виды мошенничества, правила поведения при встрече с мошенником		
9	1		О безопасности девушек	Анализ статей УК РФ в части преступлений, связанных с возможностью совершения насильственных действий сексуального характера в отношении девушек, их профилактика и приемы самообороны		
10	1		Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях	Психологический портрет преступника и жертвы, психологические основы поведения в ситуациях криминогенного характера		
11	1		Практическое занятие «Правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях»	Рассмотрение ситуационных задач по теме		
1						
Раздел 2. Основы медицинских знаний (12 часов)						
12	1		Причины травматизма в старшем	Характеристика основных		

			школьном возрасте и пути их предотвращения	травм в школе и дома, причины травм и их последствия		
13	1		Безопасное поведение дома. Безопасное поведение в школе	Правила безопасного поведения дома и в школе, правила техники безопасности при работе с электрооборудованием и электроприборами, правила техники безопасности на уроках физики, химии, технологии		
14	1		Безопасное поведение на занятиях физической культурой. Безопасное поведение на улице	Основные опасности на уроках физической культуры и при нахождении на улице, их профилактика. Правила дорожного движения, порядок действий при ДТП		
15	1		Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика.	Асептика, антисептика, виды антисептики, виды повязок, средства дезинфекции и обработки ран		
16	1		Практическое занятие «Оказание первой медицинской помощи при различных ранениях»	Способы наложения повязок и их виды		
17	1		Травмы головы, позвоночника и спины	Причины и последствия травм позвоночника и спины, симптомы травм позвоночника и спины, признаки сотрясения мозга		
18	1		Практическое занятие «Правила медицинская помощь при травмах позвоночника и спины»	Правила оказания ПМП при травмах позвоночника и спины, транспортировка		

				пострадавших		
19	1		Признаки жизни и смерти	Абсолютные и относительные признаки смерти, фазы смерти, последовательность оценки состояния пострадавшего		
20	1		Прекардиальный удар в область грудины	Показания к проведению прекардиального удара, методика его нанесения		
21	1		Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция лёгких.	Состояния, при которых необходим непрямой массаж сердца и искусственная вентиляция легких, методика их выполнения		
22	1		Остановка сердца и прекращение дыхания	Признаки нарушения сердечно-легочной деятельности, последовательность действий при проведении сердечно-легочной реанимации		
23	1		Практическое занятие «Оказание первой помощи пострадавшему на воде»	Виды утопления. Признаки утопления, последовательность оказания ПМП при утоплении		
Раздел 3. Основы здорового образа жизни (11 часов)						
24	1		Здоровье человека. Здоровый образ	Составляющие здоровья,		

			жизни-путь к достижению здорового образа жизни	ЗОЖ и его составляющие		
25	1		Современные методы оздоровления. Факторы риска во внешней и внутренней среде организма человека. Их влияние на здоровье	Внешняя и внутренняя среда организма, факторы внешней и внутренней среды, влияющие на здоровье человека		
26	1		Гигиена кожи. Гигиена питания. Гигиена воды.	Гигиена, виды гигиены, гигиена личная и общественная, гигиена кожи и питания		
27	1		Гигиена одежды. Гигиена жилища. Гигиена индивидуального строительства	Гигиенические требования к одежде и жилым помещениям		
28	1		Физиологическое и психологическое развитие подростков	Особенности психолого - физиологического развития подростков, особенности поведения в подростковом возрасте		
29	1		Психологическая уравновешенность в конфликтных ситуациях	Конфликт и его виды, принципы решения конфликтов		
30	1		Управление чувствами и эмоциями. Суицид и подросток.	Принципы общения с собеседником и ведения споров, суицид и причины к нему приводящие, порядок действий при попытке суицида		
31	1		Роль взаимоотношений подростков в формировании репродуктивной функции	Принципы общения с противоположным полом, основы репродуктивного здоровья		
32	1		Употребление табака и его влияние на здоровье	Никотиновая зависимость, профилактика		

				табакокурения		
33	1		Алкоголь, его влияние на организм	Алкоголь, степени алкогольного опьянения, ПМП при алкогольном опьянении		
34	1		Наркомания и токсикомания. Их последствия для здоровья	Наркотик, наркотическая зависимость, последствия, ПМП при наркотическом отравлении		

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО КУРСА

Тема 1

Безопасность и защита человека в среде обитания (18 ч)

Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения (10 ч)

Мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени (10 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. Ответственность за нарушение норм международного гуманитарного права.

Правила безопасного поведения в социальной среде (8 ч)

Правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях (8 ч)

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.

Тема 2.

Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (6 ч)

Первая медицинская помощь при травмах и повреждениях (4 ч)

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 осложненных 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.

Первая медицинская помощь при острых состояниях (2ч)

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».

Тема 3.

Основы здорового образа жизни 10 ч)

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни (4 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.

Факторы, укрепляющие здоровье человека (3ч)

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 индивидуального строительства.

Факторы, разрушающие здоровье человека (Зч)

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.

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575777

Владелец Муталипов Гаджи Багаутдинович

Действителен с 20.05.2021 по 20.05.2022