

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя школа №1 имени Героя Советского Союза Е.И. Стерина» г. Рославля

ПРИНЯТО  
на заседании  
педагогического совета школы  
(Протокол от 29.08.2023 г. № 1)

УТВЕРЖДЕНО  
приказом по МБОУ  
«Средняя школа № 1»  
от 01.09.2023г. № 277

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА на 2023 – 2024 учебный год**

**по основам безопасности жизнедеятельности**

Класс – **9**

Количество часов на год всего - **33 ч.;**

в неделю- **1 ч.**

Плановых контрольных работ- 1, зачетов \_\_\_\_\_, тестов \_\_\_\_\_,  
лабораторных работ \_\_\_\_\_, практических работ \_\_\_\_\_,  
лабораторных опытов \_\_\_\_\_, экскурсий \_\_\_\_\_

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**Программы курса ОБЖ для 7-9 классов общеобразовательных учреждений (Хреников Б.О., Гололобов Н.В., Льяная Л.И., Маслов М.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: учебник. — М.: АО «Издательство «Просвещение», 2021**

**УМК**

- Учебник **Хреников Б.О., Гололобов Н.В., Льяная Л.И., Маслов М.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: учебник. — М.: АО «Издательство «Просвещение», 2022**  
(полное название, автор, издательство, год издания)

- Рабочая тетрадь \_\_\_\_\_  
(полное название, автор, издательство, год издания)

- Книга для учителя \_\_\_\_\_  
(полное название, автор, издательство, год издания)

- Дидактические материалы по \_\_\_\_\_ для \_\_\_\_\_ класса  
(полное название, автор, издательство, год издания)

- Контрольные и самостоятельные работы по \_\_\_\_\_  
(полное название, автор, издательство, год издания)

- Дополнительная литература \_\_\_\_\_

**Лавренов Алексей Алексеевич – преподаватель-организатор основ безопасности жизнедеятельности, высшая категория**

(ФИО полностью, должность, квал. категория)

(подпись)

## **Личностные, метапредметные, предметные результаты освоения предмета ОБЖ**

### **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.

## **Основы безопасности личности, общества и государства**

### **Выпускник научится:**

• выявлять и характеризовать роль и влияние человеческого фактора в возникновении опасных ситуаций, обосновывать необходимость повышения уровня культуры безопасности жизнедеятельности населения страны в современных условиях;

• формировать модель личного безопасного поведения по соблюдению правил пожарной безопасности в повседневной жизни; по поведению на дорогах в качестве пешехода, пассажира и водителя велосипеда, по минимизации отрицательного влияния на здоровье неблагоприятной окружающей среды;

• разрабатывать личный план по охране окружающей природной среды в местах проживания; план самостоятельной подготовки к активному отдыху на природе и обеспечению безопасности отдыха; план безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций с учётом особенностей обстановки в регионе;

- руководствоваться рекомендациями специалистов в области безопасности по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

### **Выпускник получит возможность научиться:**

- систематизировать основные положения нормативно-правовых актов Российской Федерации в области безопасности и обосновывать их значение для обеспечения национальной безопасности России в современном мире; раскрывать на примерах влияние последствий чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера на национальную безопасность Российской Федерации;
- характеризовать роль образования в системе формирования современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности у населения страны;
- проектировать план по повышению индивидуального уровня культуры безопасности жизнедеятельности для защищённости личных жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз.

### **Выпускник научится:**

- характеризовать в общих чертах организационные основы по защите населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; объяснять необходимость подготовки граждан к защите Отечества; устанавливать взаимосвязь между нравственной и патриотической проекцией личности и необходимостью обороны государства от внешних врагов;
  - характеризовать РСЧС1: классифицировать основные задачи, которые решает РСЧС по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера; обосновывать предназначение функциональных и территориальных подсистем РСЧС; характеризовать силы и средства, которыми располагает РСЧС для защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
  - характеризовать гражданскую оборону как составную часть системы обеспечения национальной безопасности России: классифицировать основные задачи, возложенные на гражданскую оборону по защите населения РФ от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; различать факторы, которые определяют развитие гражданской обороны в современных условиях; характеризовать и обосновывать основные обязанности граждан РФ в области гражданской обороны;
-

- характеризовать МЧС России: классифицировать основные задачи, которые решает МЧС России по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; давать характеристику силам МЧС России, которые обеспечивают немедленное реагирование при возникновении чрезвычайных ситуаций;
- анализировать мероприятия, принимаемые МЧС России, по использованию современных технических средств для информации населения о чрезвычайных ситуациях;
- характеризовать эвакуацию населения как один из основных способов защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; различать виды эвакуации; составлять перечень необходимых личных предметов на случай эвакуации;
- характеризовать аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения как совокупность первоочередных работ в зоне чрезвычайной ситуации;
- анализировать основные мероприятия, которые проводятся при аварийно-спасательных работах в очагах поражения;
- описывать основные мероприятия, которые проводятся при выполнении неотложных работ;
- моделировать свои действия по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях в районе проживания при нахождении в школе, на улице, в общественном месте (в театре, библиотеке и др.), дома.

### **Выпускник получит возможность научиться:**

- формировать основные задачи, стоящие перед образовательным учреждением, по защите учащихся и персонала от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;
- подбирать материал и готовить занятие на тему «Основные задачи гражданской обороны по защите населения от последствий чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени»;
- обсуждать тему «Ключевая роль МЧС России в формировании культуры безопасности жизнедеятельности у населения Российской Федерации»;
- различать инженерно-технические сооружения, которые используются в районе проживания, для защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера, классифицировать их по назначению и защитным свойствам.

### **Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации**

### **Выпускник научится:**

- негативно относиться к любым видам террористической и экстремистской деятельности;
- характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьёзную угрозу личности, обществу и национальной безопасности России;
- анализировать основные положения нормативно-правовых актов РФ по противодействию терроризму и экстремизму и обосновывать необходимость комплекса мер, принимаемых в РФ по противодействию терроризму;
- воспитывать у себя личные убеждения и качества, которые способствуют формированию антитеррористического поведения и антиэкстремистского мышления;
- обосновывать значение культуры безопасности жизнедеятельности в противодействии идеологии терроризма и экстремизма;
- характеризовать основные меры уголовной ответственности за участие в террористической и экстремистской деятельности;
- моделировать последовательность своих действий при угрозе террористического акта.

### **Выпускник получит возможность научиться:**

- формировать индивидуальные основы правовой психологии для противостояния идеологии насилия;
- формировать личные убеждения, способствующие профилактике вовлечения в террористическую деятельность;
- формировать индивидуальные качества, способствующие противодействию экстремизму и терроризму;
- использовать знания о здоровом образе жизни, социальных нормах и законодательстве для выработки осознанного негативного отношения к любым видам нарушений общественного порядка, употреблению алкоголя и наркотиков, а также к любым видам экстремистской и террористической деятельности.

### **Основы здорового образа жизни**

#### **Выпускник научится:**

- характеризовать здоровый образ жизни и его основные составляющие как индивидуальную систему поведения человека в повседневной жизни,

обеспечивающую совершенствование его духовных и физических качеств; использовать знания о здоровье и здоровом образе жизни как средство физического совершенствования;

- анализировать состояние личного здоровья и принимать меры по его сохранению, соблюдать нормы и правила здорового образа жизни для сохранения и укрепления личного здоровья;
- классифицировать знания об основных факторах, разрушающих здоровье; характеризовать факторы, потенциально опасные для здоровья (вредные привычки, ранние половые связи и др.), и их возможные последствия;
- систематизировать знания о репродуктивном здоровье как единой составляющей здоровья личности и общества; формировать личные качества, которыми должны обладать молодые люди, решившие вступить в брак;
- анализировать основные демографические процессы в Российской Федерации; описывать и комментировать основы семейного законодательства в Российской Федерации; объяснить роль семьи в жизни личности и общества, значение семьи для обеспечения демографической безопасности государства.

#### **Выпускник получит возможность научиться:**

- использовать здоровьесберегающие технологии (совокупность методов и процессов) для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, в том числе его духовной, физической и социальной составляющих.

### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

#### **Выпускник научится:**

- характеризовать различные повреждения и травмы, наиболее часто встречающиеся в быту, и их возможные последствия для здоровья;
- анализировать возможные последствия неотложных состояний в случаях, если не будет своевременно оказана первая помощь;
- характеризовать предназначение первой помощи пострадавшим; классифицировать средства, используемые при оказании первой помощи; соблюдать последовательность действий при оказании первой помощи при различных повреждениях, травмах, наиболее часто случающихся в быту; определять последовательность оказания первой помощи и различать её средства в конкретных ситуациях;



- анализировать причины массовых поражений в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера и систему мер по защите населения в условиях чрезвычайных ситуаций и минимизации массовых поражений; выполнять в паре/втроём приёмы оказания само- и взаимопомощи в зоне массовых поражений.

**Выпускник получит возможность научиться:**

- готовить и проводить занятия по обучению правилам оказания само- и взаимопомощи при наиболее часто встречающихся в быту повреждениях и травмах.

### **Содержание предмета**

#### **ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ, ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА СОВРЕМЕННЫЙ КОМПЛЕКС ПРОБЛЕМ БЕЗОПАСНОСТИ**

**Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства.** Структура законодательства в сфере безопасности и защиты от чрезвычайных ситуаций. Краткое содержание основных правовых актов.

**Угрозы национальной безопасности Российской Федерации.** Понятие о национальной безопасности и основные направления ее обеспечения. Угрозы в сфере военной, государственной и общественной безопасности. Меры по защите от этих угроз.

**Международный терроризм как угроза национальной безопасности.** Понятие о терроризме. Цели террористических организаций. Типы терроризма и их характеристика. Основные направления международного сотрудничества в сфере антитеррористической деятельности. Правовая основа антитеррористической деятельности в России.

**Наркотизм и национальная безопасность.** Понятие о наркотизме, наркомании, токсикомании. Социальная опасность наркотизма. Правовая основа государственной политики в сфере оборота наркотических и психотропных веществ.

**Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности.** Понятие о гражданской обороне. Основные задачи в области гражданской обороны и защиты населения. Силы гражданской обороны. Структуры, руководящие гражданской обороной.

#### **ОРГАНИЗАЦИЯ ЕДИНОЙ ГОСУДАРСТВЕННОЙ СИСТЕМЫ**

##### **ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ И ЛИКВИДАЦИИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ (РСЧС)**

**Цели, задачи и структура РСЧС.** Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) и причины ее создания. Цели, задачи и структура РСЧС. Координационные органы РСЧС и их характеристика.

**Режимы функционирования, силы и средства РСЧС.** Режимы функционирования и основные мероприятия при их введении: в отсутствие чрезвычайной ситуации; при

угрозе ее возникновения; при возникновении и ликвидации. Силы и средства РСЧС, их задачи и характеристика.

## МЕЖДУНАРОДНОЕ ГУМАНИТАРНОЕ ПРАВО

**Международное гуманитарное право. Сфера применения и ответственность за нарушение норм.** Понятие о международном гуманитарном праве и сфера его применения. Лица, находящиеся под защитой международного гуманитарного права. Основные документы международного гуманитарного права. Действия, нарушающие нормы международного гуманитарного права, и ответственность за их совершение.

**Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала.** Правовая защита раненых, больных и потерпевших кораблекрушение. Обеспечение защиты раненых и больных во время вооруженного конфликта. Основные требования по защите раненых и больных из состава действующей армии и вооруженных сил на море. Защита медицинского и духовного персонала. Состав медицинских формирований и их эмблемы.

**Защита военнопленных и гражданского населения.** Понятие о комбатанте и военнопленном. Основные требования по защите военнопленных. Случаи применения защитных мер в отношении гражданского населения. Основные требования по защите лиц из числа гражданского населения, находящихся во власти противника. Особая защита женщин и детей.

## БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ В КРИМИНОГЕННЫХ СИТУАЦИЯХ

**Защита от мошенников.** Понятие о мошенничестве, обмане, злоупотреблении доверием. Распространенные способы мошенничества. Правила безопасного поведения, если вы подозреваете, что являетесь объектом мошенничества.

**Безопасное поведение девушек.** Понятие о преступлениях на сексуальной почве. Безопасное поведение девушек при столкновении с молодыми и взрослыми хулиганами, уголовниками и лицами, находящимися в нетрезвом состоянии. Правила поведения девушки в обществе мужчины: в незнакомом месте; при возникновении угрозы или опасности насилия. Подручные средства самообороны и способы самозащиты. Наиболее уязвимые части тела.

**Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтных ситуаций.** Самооценка поведения. Признаки потенциальной жертвы. Уверенное и решительное поведение в криминогенных ситуациях. Тренировка уверенности. Правила безопасного поведения при неизбежности конфликта. Поведение при столкновении с хулиганами, похищении, попытке изнасилования.

## ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

### ПРОФИЛАКТИКА ТРАВМ В СТАРШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

**Причины травматизма и пути их предотвращения.** Понятие о травматизме. Основные причины травматизма и виды травм в школьном возрасте. Меры по предотвращению различных видов травм.

**Безопасное поведение дома и на улице.** Правила безопасного поведения в быту, снижающие риск получения травм в домашних условиях. Меры по снижению опасности на воде. Защита от дорожно-транспортных происшествий. Что делать, если вы оказались свидетелем или участником ДТП.

**Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом.** 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. Безопасная одежда, обувь и защитное снаряжение.

## ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

**Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика.** Понятие о ране. Виды ран. Понятие об антисептике и ее виды. Основные антисептические средства и порядок их применения. Понятие об асептике. Предупреждение инфицирования ран с помощью асептических средств.

**Травмы головы, позвоночника и спины.** 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. Предупреждение повреждения спины и первая помощь при болях.

**Экстренная реанимационная помощь.** Понятие о клинической смерти и ее признаки. Основные правила определения признаков клинической смерти. Последовательность проведения реанимационных мероприятий. Подготовка пострадавшего к реанимации. Понятие о прекардиальном ударе, непрямом массаже сердца, искусственной вентиляции легких. Техника и последовательность действий при выполнении этих реанимационных мероприятий.

**Основные неинфекционные заболевания.** Характеристика наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваний. Причины неинфекционных заболеваний и доступные меры их профилактики.

## ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ЗДОРОВЬЕ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

**Здоровье человека.** Понятие о здоровье. Физическое, духовное, социальное здоровье. Характеристика групп здоровья детей и подростков. Взаимосвязь между индивидуальным и общественным здоровьем. Факторы, влияющие на здоровье.

**Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления.** Понятие о здоровом образе жизни. Основные

компоненты здорового образа жизни: двигательная активность, рациональное питание, закаливание, режим труда и отдыха; их характеристика. Теории оздоровления.

**Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье.** Понятие о внешней среде. Факторы риска во внешней среде и их влияние на организм человека. Понятие о внутренней среде организма. Роль внутренней среды организма.

## ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА

**Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды.** Понятие о гигиене и личной гигиене. Правила ухода за кожей. Основная функция одежды и гигиенические требования к ней.

**Гигиена питания и воды.** Важность питания в процессе нормальной жизнедеятельности организма. Группы продуктов питания. Рекомендуемый набор пищевых продуктов в рационе взрослого человека и подростка. Суточное распределение пищевого рациона. Гигиена питания. Функции, выполняемые водой в организме человека. Гигиена воды. Способы очистки воды.

**Гигиена жилища и индивидуального строительства.** Гигиена жилища. Микроклимат помещения. Нормы искусственной освещенности. Гигиена индивидуального строительства.

## ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКА

**Физиологическое и психологическое развитие подростков.** Особенности физиологического развития в период полового созревания. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья человека. Мероприятия, помогающие справиться с чувствами и эмоциями.

**Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции.** Понятие о влюбленности. Рекомендации по снятию стресса, вызванного безответной любовью. Понятие о «ловушках влюбленности». Нежелательные мотивы вступления в сексуальные отношения.

**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.

**Суицидальное поведение в подростковом возрасте.** Понятие о суициде. Причины и факторы, повышающие вероятность суицида. Признаки, указывающие на возможность суицида. Зависимость числа суицидов от возраста и пола. Суицид среди подростков и молодежи. Причины и признаки эмоционального неблагополучия человека. Угнетенное психическое состояние. Профилактика суицида.

## ФАКТОРЫ, РАЗРУШАЮЩИЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

**Употребление табака.** Табакокурение и его последствия для здоровья курильщика и окружающих его людей. Стадии никотиновой зависимости. Как бросить курить.

**Употребление алкоголя.** Алкоголь и его влияние на здоровье человека. Развитие алкоголизма. Профилактика употребления алкогольных напитков. Помощь при алкогольном отравлении.

**Наркомания и токсикомания.** Понятие о наркомании и токсикомании. Действие наркотических и токсических веществ на организм человека. Три основных признака наркомании и токсикомании. Развитие психической и физической зависимости от наркотика. Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами; оказание первой помощи.

**Заболевания, передающиеся половым путем.** Опасность заболеваний, передающихся половым путем. Характеристика распространенных заболеваний, передающихся половым путем, и их негативное влияние на здоровье человека.

### **Формы текущего контроля успеваемости и формы промежуточной аттестации.**

Текущий контроль успеваемости осуществляется в следующих формах:

- а) устная проверка – устный ответ обучающегося на один или систему вопросов в форме беседы, собеседования;
  - б) письменная проверка – письменный ответ обучающегося на один или систему вопросов (заданий), текущие домашние, самостоятельные;
  - в) комбинированная проверка – сочетание письменных и устных форм проверок;
  - г) защита проектов, творческих работ, презентаций;
  - д) выполнение контрольных упражнений, нормативов по ОБЖ;
  - е) административные контрольные работы за полугодие, год;
- Промежуточная аттестация проводится в форме тестирования.

## Содержание курса.

№	Наименование раздела, темы.		Кол-во часов	
			Раздел	Тема
<b>I.</b>		<b><i>Основы безопасности личности, общества и государства.</i></b>	<b><i>13</i></b>	
	1	Современный комплекс проблем безопасности.		5
	2	Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС).		2
	3	Международное гуманитарное право.		3
	4	Безопасное поведение в криминальных ситуациях.		3
<b>II</b>		<b><i>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи.</i></b>	<b><i>7</i></b>	
	5	Профилактика травм в старшем школьном возрасте.		3
	6	Основы медицинских знаний.		4
<b>III</b>		<b><i>Основы здорового образа жизни.</i></b>	<b><i>12</i></b>	
	7	Здоровье и здоровый образ жизни.		3
	8	Личная гигиена.		3
	9	Физиологические и психологические особенности организма подростка.		3
	10	Факторы, разрушающие здоровье человека.		3
		<b><i>Итоговое тестирование.</i></b>	<b><i>1</i></b>	1

		Всего часов:	34
--	--	--------------	----

**Календарно-тематическое планирование.**

№	Дата		Раздел. Тема урока.	Краткое содержание темы	Характеристика основных видов учебной деятельности
	По плану	факт			
1	04.09. 2023		Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства.	Конституция Российской Федерации как гарант безопасности и защиты человека. Федеральные законы «о защите населения и территории от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «Об обороне», «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 Российской Федерации в области обеспечения безопасности личности, общества и государства.	<i>Изучают положения Конституции РФ, федеральные законы и подзаконные акты в области обеспечения безопасности личности, общества и государства.</i>
2	11.09. 2023		Угрозы национальной безопасности Российской Федерации		<i>Получают представление об угрозах национальной безопасности РФ, основных направлениях и стратегии ее обеспечения.</i>

				<p>Понятие о национальной безопасности Российской Федерации. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года. Основные направления обеспечения национальной безопасности Российской Федерации.</p> <p>Угрозы в сфере военной безопасности, в сфере государственной и общественной безопасности, защита от этих угроз.</p>	
3	18.09.2023 2024		Международный терроризм как угроза национальной безопасности	<p>Понятие о терроризме. Современный международный терроризм и его характеристика. Классификация современного терроризма. Направления международной и государственной деятельности по противодействию терроризму. Федеральный закон «О противодействии терроризму».</p>	Получают представление о современном терроризме, его классификации, основных направлениях деятельности по противодействию терроризму.
4 5	25.09.2023  02.10.2023		Наркотизм и национальная безопасность. Гражданская оборона как составная часть системы национальной безопасности.	<p>Понятие о наркотизме, наркомании и токсикомании, их характеристика. Социальная опасность наркотизма. Основы государственной политики в отношении оборота наркотических средств и психотропных веществ. ФЗ «О наркотических средствах и психотропных веществах».</p>	Получают представление о наркотизме, наркомании и токсикомании. Изучают основы государственной политики в отношении оборота наркотических средств и психотропных веществ. Получают представление об основных задачах, силах и средствах гражданской обороны.



6	09.10.2023		Цели, задачи и структура РСЧС.	История создания единой государственной системы предупреждения и ликвидации 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.	Получают представление о функциях и структуре РСЧС.
7	16.10.2023		Режимы функционирования, силы и средства РСЧС.	Режимы функционирования РСЧС. Основные мероприятия, проводимые органами управления и силами РСЧС: в режиме повышенной готовности, режиме ЧС. Силы и средства РСЧС. Силы и средства наблюдения и контроля. Силы ликвидации ЧС.	Получают представление о режимах функционирования, силах и средствах РСЧС.
8	23.10.2023		Международное гуманитарное право. Сфера применения и ответственность за нарушение норм.	Международное гуманитарное право. Области МГП. Лица, находящиеся под защитой МГП. Основные документы МГП.	Изучают основные документы международного права.

9	13.11.2023		Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала.	Правовая защита раненых, больных и потерпевших кораблекрушение. Основные требования МГП по защите раненых, больных и потерпевших кораблекрушение. Медицинский персонал. Медицинские учреждения. Духовный персонал.	Получают представление об основных требованиях МГП по защите раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала.
10	20.11.2023		Защита военнопленных и гражданского населения.	Защита военнопленных. Комбатанты. Основные требования МГП по защите военнопленных. Гражданское население. Особая защита МГП. Ответственность за нарушение норм международного гуманитарного права.	Получают представление об основных требованиях МГП по защите военнопленных и гражданского населения.
11	27.11.2023		Защита от мошенников.	Мошенничество. Основные черты мошенника. Разновидности мошенничества. Уголовная ответственность за мошенничество. Как не стать жертвой мошенников? Что делать, если вы стали жертвой мошенников?	Получают представление об основных видах и приемах мошенничества. Осваивают правила защиты от мошенников.
12	04.12.2023		Безопасное поведение девушек.	Понятие о преступлениях на сексуальной почве. Уголовная ответственность за насильственные действия сексуального характера. Категории лиц, представляющие опасность для девушек. Как не стать жертвой насилия. Правила	Получают представление о преступлениях на сексуальной почве. Учатся соблюдать правила безопасного поведения и психологической защиты по

				поведения в случае нападения преступника.	предотвращению насильственных действий.
13	11.12. 2023		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. Группы риска. Признаки неуязвимости. Правила поведения при встрече с хулиганом.	Развивают у себя качества личности уверенного человека. Учатся соблюдать правила безопасного поведения, помогающие защититься от насильников и хулиганов.
14	18.12. 2023 2024		Причины травматизма и пути их предотвращения.	Травматизм. Виды травматизма. Травма. Травмы, характерные для подростков старшего школьного возраста, их причины. Предотвращение травм, характерные для подростков старшего школьного возраста	Изучают причины травматизма школьников и правила безопасного поведения по его предотвращению.
15	25.12. 2023		Безопасное поведение на улице и дома.	Меры безопасности в домашних условиях. Опасность получения травмы во время пожара. Электричество. Осторожность на кухне, в ванной комнате. Неприятности на воде и их предотвращение. Дорожно-транспортное происшествие.	Учатся соблюдать правила безопасного поведения, помогающие предотвратить травматизм дома и на улице.
16	15.01. 2024		Безопасное поведение в школе, на занятиях	Уроки физики. Уроки химии. Правила поведения во время перемен. Безопасное поведение на занятиях физкультурой и	Учатся соблюдать правила безопасного поведения, помогающие предотвратить травмы.

			физкультурой и спортом.	спортом. Безопасное поведение на занятиях физкультурой и спортом.	
17	22.01.2024		Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика.	Понятие раны. Виды ранений, при которых необходимо выполнение мероприятий по предотвращению инфицирования и ускорению заживления. Асептическая повязка. Антисептика (механическая, физическая, химическая, биологическая, и смешанная). Асептика.	Получают представление об асептике и антисептике, повязках и их видах.
18	29.01.2024		Травмы головы, позвоночника и спины.	Нарушение нервной системы. Причины, признаки и симптомы травм головы и позвоночника. Первая помощь при травмах головы или позвоночника. Сотрясение головного мозга. Признаки и симптомы сотрясения головного мозга. Первая помощь. Боли в спине, признаки, симптомы, первая помощь.	Учатся определять признаки и оказывать первую помощь при травмах головы и позвоночника.
19	05.02.2024		Экстренная реанимационная помощь.	Понятие о клинической смерти. Признаки клинической смерти. Основные правила определения признаков клинической смерти. Последовательность проведения реанимационных мероприятий. Подготовка пострадавших к реанимации. Понятие о прекардиальном ударе. Техника и последовательность действий при нанесении прекардиального удара.	Учатся определять признаки клинической смерти и практически осваивают технику и последовательность выполнения реанимационных мероприятий.

				<p>Понятие о непрямом массаже сердца.</p> <p>Понятие об искусственной вентиляции легких. Отработка метода искусственного дыхания «рот в рот».</p>	
20	12.02. 2024		Основные неинфекционные заболевания.	Общие сведения о неинфекционных заболеваниях. Характеристика наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваний и факторы, влияющие на их возникновение. Основные причины роста неинфекционных заболеваний.	Получают представление о наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваниях.
21	19.02. 2024		Здоровье человека.	<p>Понятие о здоровье. Составляющие здоровья. Духовное и физическое здоровье, их характеристика. Взаимосвязь духовного здоровья с социальным.</p> <p>Критерии оценки здоровья детей и подростков. Характеристика групп здоровья детей и подростков.</p> <p>Общественное и индивидуальное здоровье. Факторы, влияющие на здоровье человека.</p>	Получают представление о составляющих здоровья человека, критериях его оценки, группах здоровья детей и подростков.
22	26.02. 2024		Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и	Влияние здорового образа жизни на формирование личности. Элементы здорового образа жизни и их характеристика. Факторы риска. Теории оздоровления человеческого организма.	Получают представление об основных элементах здорового образа жизни и его влиянии на формирование личности.

			современные методы оздоровления.	Оздоровительные системы и их составляющие. Индивидуальный подход к выбору оздоровительной системы.	
23	04.03. 2024		Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье.	Внешняя среда и ее воздействие на человека. Физические, химические, биологические и социальные факторы риска внешней среды и их характеристика. Факторы риска психического характера. Внутренняя среда организма. Способность организма поддерживать в заданных пределах состояние внутренней среды.	Получают представление о влиянии факторов риска, риска внешней среды на внутреннюю среду организма человека.
24	11.03. 2024		Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды.	Общие сведения о гигиене. Задачи гигиены. Понятие о личной гигиене и ее составляющие. Общие сведения о коже и ее функциях. Гигиена кожи. Главная функция одежды человека. Гигиенические требования к одежде, обуви и головным уборам.	Получают представление о гигиене и ее составляющих, гигиенических требованиях к одежде, обуви и головным уборам.
25	18.03. 2024		Гигиена питания и воды.	Зависимость жизнедеятельности организма человека от питания и воды. Общие сведения о продуктах животного и растительного происхождения. Гигиенические требования к питанию. Совместимость пищевых продуктов. Соотношение продуктов животного и растительного происхождения в рационе	Узнают общие сведения о продуктах животного и растительного происхождения и питьевой воде. Учатся соблюдать режим питания, правильно распределять рацион питания в течение дня.

				<p>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.</p>	
26	01.04. 2024		<p>Гигиена жилища и индивидуального строительства.</p>	<p>Зависимость состояния здоровья человека от условий жизни. Гигиенические требования, 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 отходов (отходов).</p>	<p>Получают представление о гигиенических требованиях к современному жилищу и индивидуальному строительству загородных домов.</p>

27	08.04. 2024		<p>Физиологическое и психологическое развитие подростков. Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции.</p>	<p>Особенности физического развития в подростковом и юношеском возрасте. Внешние 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. Понятие о состоянии влюбленности. Психологические особенности взаимоотношений подростков (юношей и девушек) в этом состоянии. Первые чувства и проявления любви. Вопросы нравственности во взаимоотношении полов.</p>	<p>Получают представление о физическом и психологическом развитии в подростковом и юношеском возрасте. Учатся учитывать эти особенности при общении с окружающими.</p> <p>Получают представление об особенностях отношений юношей и девушек.</p>
28	15.04. 2024		<p>Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных ситуациях.</p>	<p>Понятие о конфликте. Виды конфликтов и методы преодоления разногласий. Правила поведения в конфликтной ситуации. Управление чувствами и эмоциями в конфликтной ситуации.</p>	<p>Учатся правильно вести себя в конфликтных ситуациях.</p>



29	22.04. 2024		Суицидальное поведение в подростковом возрасте.	<p>Приемы управления чувствами и эмоциями. Общение с возбужденным собеседником. Приемы снятия эмоционального возбуждения.</p> <p>Общие сведения о суицидах. Опасные ситуации, связанные с суицидами. Причины и факторы, повышающие вероятность суицидов. Профилактика суицидов.</p>	Получают представление о причинах и профилактике суицидов. Учатся преодолевать угнетенное психическое состояние и депрессию.
30	29.04. 2024		Употребление табака.	<p>Понятие о табакокурении. Состав табачного дыма. Никотин и признаки его отравления. 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</p>	Формируют у себя негативное отношение к табакокурению.
31	06.05. 2024		Употребление алкоголя.	<p>. Алкоголь и его влияние на здоровье. Разрушающее воздействие алкоголя на все 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.</p>	Формируют у себя негативное отношение к употреблению алкоголя.

				<p>Понятие о пьянстве и алкоголизме.</p> <p>Похмельный синдром и его признаки.</p> <p>Первая помощь при алкогольном отравлении. Профилактика разрушающего влияния алкоголя на здоровье.</p>	
32	13.05. 2024		Итоговое тестирование за год.	Обобщение и контроль знаний.	Обобщение и систематизация знаний.
33	20.05. 2024		Наркомания и токсикомания Заболевания, передающиеся половым путем.	<p>Понятие о наркомании и токсикомании.</p> <p>Действие наркотических веществ на организм человека. Признаки наркомании и токсикомании. Развитие психической и физической зависимости от наркотика.</p> <p>Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами.</p> <p>Первая помощь при наркотическом отравлении. Первая помощь при отравлении лекарственными препаратами</p> <p>Понятие о заболеваниях, передаваемых половым путем, и их опасность для здоровья человека. Характеристика наиболее распространенных заболеваний, передаваемых половым путем, и их профилактика. Понятие о синдроме приобретенного иммунодефицита (СПИД) и ВИЧ-инфекции, их профилактика.</p>	<p>Формируют у себя негативное отношение к употреблению психоактивных веществ. Учатся оказывать первую помощь при отравлении наркотиками и лекарственными препаратами.</p> <p>Получают представление о заболеваниях, передающихся половым путем, и путях их профилактики.</p>



## **Приложение «Формы учета рабочей программы воспитания».**

### **Урочная деятельность**

Реализация воспитательного потенциала уроков (урочной деятельности, аудиторных занятий в рамках максимально допустимой учебной нагрузки) предусматривает:

- максимальное использование воспитательных возможностей содержания учебных предметов для формирования у обучающихся российских традиционных духовно-нравственных и социокультурных ценностей, российского исторического сознания на основе исторического просвещения; подбор соответствующего содержания уроков, заданий, вспомогательных материалов, проблемных ситуаций для обсуждений;
- включение учителями в рабочие программы по учебным предметам, курсам, модулям целевых ориентиров результатов воспитания, их учёт в определении воспитательных задач уроков, занятий;
- включение учителями в рабочие программы учебных предметов, курсов, модулей тематики в соответствии с календарным планом воспитательной работы;
- выбор методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания, целевыми ориентирами результатов воспитания; реализацию приоритета воспитания в учебной деятельности;
- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов, явлений и событий, инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, явлениям, лицам;
- применение интерактивных форм учебной работы — интеллектуальных, стимулирующих познавательную мотивацию, игровых методик, дискуссий, дающих возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы, которая учит строить отношения и действовать в команде, способствует развитию критического мышления;
- побуждение обучающихся соблюдать нормы поведения, правила общения со сверстниками и педагогами, соответствующие укладу общеобразовательной организации, установление и поддержку доброжелательной атмосферы;
- организацию шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над неуспевающими одноклассниками, в том числе с особыми образовательными потребностями, дающего обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;
- инициирование и поддержку исследовательской деятельности обучающихся, планирование и выполнение индивидуальных и групповых проектов воспитательной направленности.

**Реализация воспитательного потенциала учебного предмета  
«Основы безопасности жизнедеятельности» через урочную систему обучения и воспитания  
9 класс**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема раздела</b>	<b>Кол-во часов</b>	<b>Форма реализации воспитательного потенциала темы</b>	<b>Модуль рабочей программы воспитания «Урочная деятельность», «Основные школьные дела»</b>
1.	Основы безопасности личности, общества и государства.	1	Применение интерактивных форм учебной работы —	Дни воинской славы России — памятные дни России в ознаменование побед российских (в том числе русских, советских) войск, которые сыграли решающую роль в истории России
2.	Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи.	1	интеллектуальных, стимулирующих познавательную мотивацию, дискуссий, дающих	
3.	Основы здорового образа жизни.	1	возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога. Инициирование и поддержку исследовательской деятельности обучающихся, планирование и выполнение индивидуальных и групповых проектов воспитательной направленности.	