****

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ И ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**9 класс**

Общее количество часов – 34 часа (1 час в неделю)

Составил: учитель Шевчук А.В.

**Пояснительная записка**

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для 9 класса составлена на основе примерной программы основного общего образования и авторской программы по основам безопасности жизнедеятельности к учебникам для 5-9 классов/ под редакцией: В.Н. Латчука, С.К. Миронова, С.Н. Вангородского, М.А. Ульяновой - М.: Дрофа, 2018.

УМК: Учебник « Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс»: учебник для общеобразовательных организаций/ С.Н. Вангородский, М.И. Кузнецов, В.Н. Латчук, В.Н. Марков.- Москва, Дрофа, 2019 год. Соответствует требованиям федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования и учебному плану образовательного учреждения на 2019-2020 год.

Курс «ОБЖ» направлен на формирование у учащихся активных и сознательных действий в настоящем и будущем, ориентированных на:

- улучшение собственного физического и психического здоровья;

- отказ в образе жизни от поведения, наносящего вред своему здоровью и здоровью окружающих;

- нетерпимое отношение к неправильному гигиеническому поведению других людей и к ухудшению условий окружающей среды, наносящих ущерб здоровью;

- сознательное участие в охране здоровья и формировании среды, способствующей здоровью, особенно условий труда и быта;

- адекватное поведение в случае болезни, особенно хронической, направленной на выздоровление.

Изучение тематики данной учебной программы направлено решение следующих **задач:**

- 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 **целей:**

- усвоение знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях;

- о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства;

- о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций;

- об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- о здоровом образе жизни;

- об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях;

- 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.

Согласно программе на изучение ОБЖ в 9 классе отводится 1 час в неделю, итого 34 часа. На основании календарного графика учебного процесса МБОУ-СОШ с. Новиковки на 2019-2020 учебный год продолжительность учебного года в 9 классе составляет 34 учебные недели.

**Планируемые результаты изучения учебного 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.

**Выпускник научится:**

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;

- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;

- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;

- безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;

- безопасно использовать бытовые приборы;

- безопасно использовать средства бытовой химии;

- безопасно использовать средства коммуникации;

- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;

- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;

- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;

- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;

- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;

- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;

- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;

- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;

- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;

- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;

- безопасно применять первичные средства пожаротушения;

- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;

- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;

- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;

- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;

- готовиться к туристическим походам;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;

- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;

- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;

- добывать и очищать воду в автономных условиях;

- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;

- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;

- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;

- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;

- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;

- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;

- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;

- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;

- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;

- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;

- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;

- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;

- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;

- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;

- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;

- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;

- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;

- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;

- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;

- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;

- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;

- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;

- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;

- безопасно использовать ресурсы интернета;

- анализировать состояние своего здоровья;

- определять состояния оказания неотложной помощи;

- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;

- классифицировать средства оказания первой помощи;

- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;

- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;

- оказывать первую помощь при ушибах;

- оказывать первую помощь при растяжениях;

- оказывать первую помощь при вывихах;

- оказывать первую помощь при переломах;

- оказывать первую помощь при ожогах;

- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;

- оказывать первую помощь при отравлениях;

- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;

- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

**Выпускник получит возможность научиться:**

- безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;

- готовиться к туристическим поездкам;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;

- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;

- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;

- безопасно вести и применять права покупателя;

- анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;

- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;

- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;

- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;

- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;

- классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;

- оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;

- оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;

- оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;

- оказывать первую помощь при коме;

- оказывать первую помощь при поражении электрическим током;

- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;

- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;

- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

**Содержание учебного предмета**

**Основы безопасности личности, общества и государства 14 ч.**

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Изучают положения Конституции Российской Федерации, федеральные законы и подзаконные акты в области обеспечения безопасности личности, общества и государства.

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Получают представление об угрозах национальной безопасности РФ, основных направлениях и стратегии ее обеспечения.

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Получают представление о современном терроризме, его классификации, основных направлениях деятельности по противодействию терроризму.

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

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Получают представление о наркотизме, наркомании и токсикомании. Изучают основы государственной политики в отношении оборота наркотических средств 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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Получают представление об основных задачах, силах и средствах гражданской обороны.

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Получают представление о функциях и структуре РСЧС.

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Получают представление о режимах функционирования, силах и средствах РСЧС.

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Изучают основные документы международного права.

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Получают представление об основных требованиях международного гуманитарного права по защите раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала.

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Получают представление об основных требованиях международного гуманитарного права по защите военнопленных и гражданского населения.

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Получают представление об основных видах и приемах мошенничества. Осваивают правила защиты от мошенников.

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Получают представление о преступлениях на сексуальной почве. Учатся соблюдать правила безопасного поведения и психологической защиты по предотвращению насильственных действий.

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Развивают у себя качества личности уверенного человека. Учатся соблюдать правила безопасного поведения, помогающие защититься от насильников и хулиганов.

**Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи 7 ч.**

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Изучают причины травматизма школьников и правила безопасного поведения по его предотвращению.

***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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Учатся соблюдать правила безопасного поведения, помогающие предотвратить травматизм дома и на улице.

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Учатся соблюдать правила безопасного поведения, помогающие предотвратить травмы.

**Основы медицинских знаний 13 ч.**

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Получают представление об асептике и антисептике.

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Учатся определять признаки и оказывать первую помощь при травмах головы и позвоночника.

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Учатся определять признаки клинической смерти и практически осваивают технику и последовательность выполнения реанимационных мероприятий.

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

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Получают представление о наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваниях.

***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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Получают представление о составляющих здоровья человека, критериях его оценки, группах здоровья детей и подростков.

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Получают представление об основных элементах здорового образа жизни и его влиянии на формирование личности.

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Получают представление о влиянии факторов риска, риска внешней среды на внутреннюю среду организма человека.

***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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Получают представление о гигиене и ее составляющих, гигиенических требованиях к одежде, обуви и головным уборам.

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Узнают общие сведения о продуктах животного и растительного происхождения и питьевой воде. Учатся соблюдать режим питания, правильно распределять рацион питания в течение дня.

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

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Получают представление о гигиенических требованиях к современному жилищу и индивидуальному строительству загородных домов.

***Физиологические и психологические особенности организма 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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Получают представление о физическом и психологическом развитии в подростковом и юношеском возрасте. Учатся учитывать эти особенности при общении с окружающими.

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Получают представление об особенностях отношений юношей и девушек.

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Учатся правильно вести себя в конфликтных ситуациях.

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Получают представление о причинах и профилактике суицидов. Учатся преодолевать угнетенное психическое состояние и депрессию.

***Факторы, разрушающие здоровье человека***

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

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Формируют у себя негативное отношение к табакокурению.

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

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Формируют у себя негативное отношение к употреблению алкоголя.

**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.

**Характеристика основных видов учебной деятельности**

Формируют у себя негативное отношение к употреблению психоактивных веществ. Учатся оказывать первую помощь при отравлении наркотиками и лекарственными препаратами.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| |  | | --- | | **Содержание** | | |  | | --- | | **Количество часов** | |
| |  |  | | --- | --- | | **Раздел I. Основы безопасности личности, общества и государства** |  | | **14** |
| |  |  | | --- | --- | |  |  | | Глава 1. Современный комплекс проблем безопасности |  | |  |  | |  | | | **5** |
| Глава 2. Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) | **3** |
| Глава 3. Международное гуманитарное право | **3** |
| Глава 4. Безопасное поведение в криминогенных ситуациях | **3** |
| **Раздел II. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи и здоровый образ жизни** | **7** |
| Глава 5. Профилактика травм в старшем школьном возрасте | **3** |
| Глава 6. Основы медицинских знаний | **4** |
| **Раздел III. Основы здорового образа жизни** | **13** |
| Глава 7. Здоровье и здоровый образ жизни | **3** |
| |  | | --- | | Глава 8. Личная гигиена | | **3** |
| Глава 9. Физиологические и психологические особенности организма подростка | **4** |
| Глава 10. Факторы, разрушающие здоровье человека | **3** |
| |  | | --- | | Итого: | | **34** |

**Учебно-тематическое планирование**

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 9 класс (34 ЧАСА)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Наименование раздела (темы) программы** | **Количество**  **часов** |
| **Основы безопасности личности, общества и государства (14 ч)** | | |
| **Современный комплекс проблем безопасности (5 ч.)** | | |
|  | Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства. | **1** |
|  | Угрозы национальной безопасности Российской Федерации | **1** |
|  | Международный терроризм как угроза национальной безопасности | **1** |
|  | Наркотизм и национальная безопасность. | **1** |
|  | Гражданская оборона как составная часть системы национальной безопасности. | **1** |
| **Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) (3 ч.)** | | |
|  | Цели, задачи и структура РСЧС. | **1** |
|  | Режимы функционирования, силы и средства РСЧС. | **1** |
|  | Режимы функционирования, силы и средства РСЧС. | **1** |
| **Международное гуманитарное право (3 ч.)** | | |
|  | Международное гуманитарное право. Сфера применения и ответственность за нарушение норм. | **1** |
|  | Защита раненных, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала. | **1** |
|  | Защита военнопленных и гражданского населения. | **1** |
| **Безопасное поведение в криминогенных ситуациях (3 ч.)** | | |
|  | Защита от мошенников. | **1** |
|  | Безопасное поведение девушек. | **1** |
|  | Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтных ситуаций. | **1** |
| **Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (7 ч.)** | | |
| **Профилактика травм в старшем школьном возрасте (3 ч.)** | | |
|  | Причины травматизма и пути их предотвращения. | **1** |
|  | Безопасное поведение дома и на улице. | **1** |
|  | Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом. | **1** |
| **Основы медицинских знаний (4 ч.)** | | |
|  | Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика. | **1** |
|  | Травмы головы, позвоночника и спины. | **1** |
|  | Экстренная реанимационная помощь. | **1** |
|  | Основные неинфекционные заболевания. | **1** |
| **Основы здорового образа жизни (14 ч)** | | |
| **Здоровье и здоровый образ жизни (3 ч.)** | | |
|  | Здоровье человека. | **1** |
|  | Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления. | **1** |
|  | Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье. | **1** |
| **Личная гигиена (3 ч.)** | | |
|  | Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды. | **1** |
|  | Гигиена питания и воды. | **1** |
|  | Гигиена жилища и индивидуального строительства. | **1** |
| **Физиологические и психологические особенности организма подростка (4 ч.)** | | |
|  | Физиологическое и психологическое развитие подростков. | **1** |
|  | Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции. | **1** |
|  | Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных ситуациях. | **1** |
|  | Суицидальное поведение в подростковом возрасте. | **1** |
| **Факторы, разрушающие здоровье человека (3 ч.)** | | |
|  | Употребление табака. | **1** |
|  | Употребление алкоголя. | **1** |
|  | Наркомания и токсикомания. | **1** |
|  | **Всего** | **34 ч.** |

**Учебно - методическое обеспечение рабочей программы**

УМК: Учебник « Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс»: учебник для общеобразовательных организаций/ С.Н. Вангородский, М.И. Кузнецов, В.Н. Латчук, В.Н. Марков.- Москва, Дрофа, 2019 год.

**Средствами оснащения ОБЖ являются:**

**1. Учебно-методическая литература:**

* Конституция Российской Федерации
* Правила дорожного движения Российской Федерации
* Семейный кодекс Российской Федерации
* Стратегия национальной безопасности Российской Фе­дерации до 2020.
* Уголовный кодекс Российской Федерации
* Федеральный закон «О гражданской обороне»
* Закон «Об образовании»
* Федеральный закон «О радиационной безопасности на­селения»
* Федеральный закон «О пожарной безопасности»
* Федеральный закон «О безопасности дорожного дви­жения»
* Федеральный закон «О противодействии терроризму»
* Федеральный закон «О противодействии экстремист­ской деятельности»

*Учебная литература*

* Пособие для учителя «Обучение правилам дорожного движения. 5—9 классы»
* Пособие для учителя «Основы безопасности жизнедея­тельности. Методические рекомендации. 5—11 классы»
* Пособие для учителя «Основы безопасности жизнедея­тельности. Поурочные разработки. 5—9 классы»
* Справочник для учащихся «Основы безопасности жиз­недеятельности»
* Учебники по основам безопасности жизнедеятельности для учащихся 5—9 классов
* Электронные образовательные издания (ЭОИ) по пред­мету ОБЖ на магнитных и оптических носителях

**2. Технические средства обучения**

* Ноутбук
* Мультимедиапроектор
* Экран

**3. Средства программного обучения и контроля знаний**

* Компьютерные программы и пособия по учебному раз­делу «Гражданская оборона и защита от чрезвычайных си­туаций»
* Компьютерные программы и пособия по учебному раз­делу «Основы медицинских знаний и правила оказания пер­вой помощи»
* Мультимедийная энциклопедия по действиям населения в чрезвычайных ситуациях
* Компьютерное учебное пособие «Безопасность на ули­цах и дорогах»
* Компьютерная обучающая программа «Действия при авариях на химически опасных объектах»

**4. Стенды, плакаты**

* Единая государственная система предупреждения и лик­видации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)
* Безопасность на улицах и дорогах
* Криминогенные ситуации
* Землетрясения, оползни, сели, обвалы, ураганы, бури, смерчи
* Правила поведения при землетрясениях
* Пожары, взрывы
* Наводнения и затопления
* Правила оказания первой помощи
* Пожарная безопасность
* Правила безопасного поведения при наводнении
* Правила безопасного поведения при аварии на радиационно опасном объекте
* Правила безопасного поведения при аварии на хими­чески опасном объекте
* Первая помощь при массовых поражениях
* Правила транспортировки пострадавших
* Безопасность дорожного движения
* Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций
* Основы медицинских знаний и правила оказания пер­вой помощи

**6. Средства индивидуальной защиты**

* Средства защиты дыхания
* Ватно-марлевые повязки
* Противопылевые тканевые маски
* Противогазы (типа ГП-5) Средства защиты кожи
* Аптечка индивидуальная (типа АИ-2 и т. п.)
* Пакеты перевязочные (типа ППИ и т. п.)
* Пакеты противохимические индивидуальные (типа ИПП-8, ИПП-11 и т. п.)
* Сумки и комплекты медицинского имущества для ока­зания первой помощи
* Бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 7 м х 14 см
* Бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 5 м х 10 см
* Шина фанерная длиной 1 м
* Жгут кровоостанавливающий эластичный

**7. Аудиовизуальные пособия**

* Учебные видеофильмы на цифровых носителях
* Действия учащихся по сигналам ГО
* Средства индивидуальной защиты
* Средства коллективной защиты (убежища, укрытия, по­рядок устройства простейшего укрытия)
* Гидродинамические аварии
* Автономное существование человека в природных усло­виях
* Оползни, сели, обвалы
* Ураганы, бури, смерчи
* Наводнения
* Лесные и торфяные пожары
* Безопасность на улицах и дорогах