

**Государственное бюджетное общеобразовательное
учреждение
лицей №470
Калининского района Санкт-Петербурга**

СОГЛАСОВАНО

заместитель директора по УВР

Воронова М.Н.
протокол от «31» мая 2023г №8.
№194

УТВЕРЖДЕНО

Директор ГБОУ лицея № 470

Винокурова О.Л.
приказ от «30» августа 2023г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**учебного предмета «Основы безопасности
жизнедеятельности»**

для обучающихся 9 А, Б, В классов

преподаватель-организатор ОБЖ Паутова Анастасия Александровна

Санкт-Петербург 2023-2024 год

9 КЛАСС

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе Примерной программы, подготовленной в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения» в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного Министерством образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года № 1897. Рабочая программа рассчитана на 34 учебных часов (1 час в неделю), в том числе на проведение практических работ - 6 часов.

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

В программе представлены три раздела:

Раздел I. Основы безопасности личности, общества и государства.

Раздел II. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи.

Раздел III. Основы здорового образа жизни.

Формами промежуточной аттестации являются тесты, устные опросы, самостоятельные, контрольные, проверочные и практические работы.

Организация и проведение занятий по предлагаемой программе позволяют эффективно использовать образовательный и воспитательный потенциал лица, создать благоприятные условия для личностного и познавательного развития учащихся, обеспечивают формирование важнейших компетенций школьников.

Диагностика усвоения курса:

Вид диагностики	Количество применений
Проверочная работа	3
Тесты	4
Практические работы	6
Контрольные работы	4

ЦЕЛИ КУРСА

В своей предметной ориентации предлагаемая программа направлена на достижение следующих целей:

- усвоение учащимися правил безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание ими важности укрепления, сохранения и защиты своего здоровья как личной и общественной ценности;
- уяснение и принятие учащимися достижений гражданского общества: права человека, правовое государство, семейные ценности, справедливость и ответственность органов власти;
- антиэкстремистское и антитеррористическое мышление и поведение учащихся, их нетерпимость к действиям и намерениям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков, табакокурению и употреблению алкогольных напитков;
- готовность и стремление учащихся к нравственному самосовершенствованию.

ЗАДАЧИ КУРСА

Курс предназначен для решения следующих задач:

- освоение учащимися знаний о здоровом и разумном образе жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
- обучение учащихся умению предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую помощь;
- развитие у обучаемых качеств личности, необходимых для ведения здорового и разумного образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях.

- воспитание у учащихся культуры безопасности жизнедеятельности, чувства ответственности за личную и общественную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- формирование у школьников антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ОБЖ ДЛЯ 9-ГО КЛАССА

Раздел I. Основы безопасности личности, общества и государства (14 ч)

Современный комплекс проблем безопасности (5 ч)

Конституция Российской Федерации как гарант безопасности и защиты человека. Федеральные законы «О защите населения и территорий 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. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г. Понятия о терроризме, наркотизме, наркомании и токсикомании. Социальная опасность наркотизма. Понятие о гражданской обороне. Основные задачи гражданской обороны. Силы и средства гражданской обороны.

Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) (3 ч)

История создания единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Функции, задачи и структура РСЧС. Основные мероприятия, проводимые органами управления и силами РСЧС: в режиме повседневной деятельности, режиме повышенной готовности, режиме чрезвычайной ситуации. Силы и средства РСЧС. Силы ликвидации чрезвычайных ситуаций.

Международное гуманитарное право (3 ч)

Понятие о международном гуманитарном праве, его области. Лица, находящиеся под защитой международного гуманитарного права. Основные документы международного гуманитарного права. Правовая защита медицинского и духовного персонала. Международное движение Красного Креста и Красного

Безопасное поведение в криминогенных ситуациях (3 ч)

Понятия о: мошенничестве, преступлениях на сексуальной почве. Уголовная ответственность. Развитие качеств личности уверенного человека. Правила поведения и профилактики, самозащиты от нападения насильников и хулиганов.

Раздел II. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (7 ч) Профилактика травм в старшем школьном возрасте (3 ч)

Причины травматизма в старшем школьном возрасте. Понятие о бытовом травматизме.

Предотвращение травм: при пожаре в доме (квартире), при обращении с электрическими приборами и электрооборудованием, на улице и на водоемах, в дорожно-транспортных происшествиях. Понятие о школьном травматизме.

Основы медицинских знаний (4 ч)

Понятия: об асептике и антисептике, о клинической смерти, о прекардиальном ударе, о непрямом массаже сердца, об искусственной вентиляции легких. Виды ранений и антисептиков. Оказание первой помощи при травмах головы и позвоночника. Первая помощь при болях в спине. Последовательность проведения реанимационных мероприятий. Общие сведения о неинфекционных заболеваниях.

Раздел III. Основы здорового образа жизни (13 ч)

Здоровье и здоровый образ жизни (3 ч)

Понятие о здоровье. Составляющие здоровья. Элементы здорового образа жизни и их характеристика. Факторы риска. Оздоровительные системы и их составляющие. Внешняя и внутренняя среда организма и их воздействие на человека. Способность организма поддерживать в заданных пределах состояние внутренней среды.

Личная гигиена (3 ч)

Общие сведения о гигиене: гигиена кожи, гигиенические требования к одежде, обуви и головным уборам, к питанию и воде, к микроклимату жилого помещения, к водоснабжению и канализации. Зависимость состояния здоровья человека от условий жизни.

Физиологические и психологические особенности организма подростка (4 ч)

Особенности физического развития в подростковом и юношеском возрасте. Особенности

психологического развития в подростковом и юношеском возрасте. Понятие о состоянии влюбленности. Понятие о конфликте. Приемы управления чувствами и эмоциями. Общение с возбужденным собеседником. Общие сведения о суицидах. Профилактика суицидов.

Факторы, разрушающие здоровье человека (3 ч)

Понятие о табакокурении. Профилактика и отказ от табакокурения. Алкоголь и его влияние на здоровье. Разрушающее воздействие алкоголя на все системы и органы человека. Профилактика разрушающего влияния алкоголя на здоровье. Понятие о наркомании и токсикомании. Действие наркотических веществ на организм человека, при наркотическом отравлении. Первая помощь при алкогольном отравлении, отравлении лекарственными препаратами. Характеристика наиболее распространенных заболеваний, передаваемых половым путем, и их профилактика.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНЫХ ЧАСОВ ПО ТЕМАМ КУРСА

№ п.п	ТЕМА КУРСА	КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ
1.	Основы безопасности личности, общества и государства	14
1.1.	Современный комплекс проблем безопасности	5
1.2.	Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	3
1.3.	Международное гуманитарное право	3
1.4.	Безопасное поведение в криминогенных ситуациях	3
2.	Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи	7
2.1.	Профилактика травм в старшем школьном возрасте	3
2.2.	Основы медицинских знаний	4
3.	Основы здорового образа жизни	13
3.1.	Здоровье и здоровый образ жизни	3
3.2.	Личная гигиена	3
3.3.	Физиологические и психологические особенности организма подростка	4
3.4.	Факторы, разрушающие здоровье человека	3

ОЖИДАЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Программа учебного курса по ОБЖ способствует формированию универсальных учебных действий, личностным, предметным результатам ученика.

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, исключаяй употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, их последствий для личности, общества и государства;
- знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально

складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

- овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Организация и проведение занятий по предлагаемой программе позволяют эффективно использовать образовательный и воспитательный потенциал лицея, создать благоприятные условия для личностного и познавательного развития учащихся, обеспечивают формирование важнейших компетенций лицеистов.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: учебник для общеобразовательных учреждений / М.П. Фролов, В.П. Юрьева, В.П. Шолох и др.; под редакцией Ю. Л. Воробьева. - М.: Астрель. 2013.

Поурочно-тематическое планирование 9 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля.	Домашнее задание
1	2	3	4	5	6	7	8
Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства (14 ч)							
Современный комплекс проблем безопасности (5 ч)							
1	Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства.	1	Урок изучения и первоначального закрепления новых знаний	Конституция Российской Федерации как гарант безопасности и защиты человека. Федеральные законы «О защите населения и территорий 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>Знать:</i> положения Конституции РФ, федеральные законы и подзаконные акты в области обеспечения безопасности личности, общества и государства. <i>Использовать:</i> полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Урок	Гл. 1. §1,2,5
2	Угрозы национальной безопасности Российской Федерации.	1	Комбинированный	Понятие о национальной безопасности Российской Федерации. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г. Основные направления обеспечения национальной безопасности Российской Федерации. Угрозы в сфере военной безопасности, в сфере государственной и общественной безопасности, защита от этих угроз.	<i>Иметь представление:</i> представление об угрозах национальной безопасности РФ, основных направлениях и стратегии ее обеспечения.	Урок	Гл. 1. §3,4
3	Международный терроризм как угроза национальной безопасности.	1	Комбинированный	Понятие о терроризме. Современный международный терроризм и его характеристика. Классификация современного терроризма. Направления	<i>Знать:</i> типы терроризма и их характеристика. <i>Иметь представление:</i> об основных направлениях	Урок	Гл. 3. §15,16

				международной и государственной деятельности по противодействию терроризму. Федеральный закон «О противодействии терроризму».	международного сотрудничества в сфере антитеррористической деятельности.		
4	Наркотики и национальная безопасность.	1	Комбинированный	Понятия о наркотизме, наркомании и токсикомании, их характеристика. Социальная опасность наркотизма. Основы государственной политики в отношении оборота наркотических средств и психотропных веществ. Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах».	<i>Знать:</i> основы государственной политики в отношении оборота наркотических средств и психотропных веществ.. <i>Использовать:</i> полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	С.Р.	Гл.1.§3, стр. 23-32
5	Гражданская оборона как составная часть системы национальной безопасности.	1	Комбинированный	Понятие о гражданской обороне. Основные задачи гражданской обороны. Силы и средства гражданской обороны. Управление, организация и ведение гражданской обороны в Российской Федерации. Федеральный закон «О гражданской обороне».	<i>Знать:</i> основные задачи гражданской обороны. <i>Иметь представление:</i> об основных задачах, силах и средствах гражданской обороны..	Урок	Гл. 2.58,9,10,11,12
Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) (3 ч)							
6	Цели, задачи и структура РСЧС.	1	Комбинированный	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.	<i>Знать:</i> предназначение, структуру и задачи РСЧС <i>Использовать:</i> полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.	Урок	Гл. 2.§13
7	Режимы функционирования РСЧС.	1	Комбинированный	Режимы функционирования РСЧС. Основные мероприятия, проводимые органами управления и силами РСЧС: в режиме повседневной деятельности, режиме повышенной готовности, режиме	<i>Знать:</i> режимы функционирования РСЧС <i>Использовать:</i> полученные знания для обращения в случае необходимости в службы	Гест	§14,27

(<

(*

				чрезвычайной ситуации.	экстренной помощи.		
8	Силы и средства РСЧС.	1	Комбинированный	Силы и средства РСЧС. Силы и средства наблюдения и контроля. Силы ликвидации чрезвычайных ситуаций.	<i>Знать:</i> силы и средства РСЧС <i>Использовать:</i> полученные знания для обеспечения личной безопасности.	Урок	Конспект
Международное гуманитарное право (3 ч)							
9	Международное гуманитарное право. Сфера применения и ответственность за нарушение норм.	1	Комбинированный	Понятие о международном гуманитарном праве. Области международного гуманитарного права. Лица, находящиеся под защитой международного гуманитарного права. Основные документы международного гуманитарного права.	<i>Иметь представление:</i> о международной системе гуманитарного реагирования. <i>Уметь:</i> осуществлять поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа.	Тв. Работа	Конспект
10	Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала.	1	Комбинированный	Основные требования международного гуманитарного права по защите раненых и больных из состава действующей армии. Основные требования международного гуманитарного права по защите раненых, больных и потерпевших кораблекрушение из состава вооруженных сил на море. Правовая защита медицинского и духовного персонала, выполняющего свои функции во время военных действий. Международное движение Красного Креста и Красного Полумесяца, его организации и эмблемы.	<i>Иметь представление:</i> о целях, задачах и принципах гуманитарной деятельности. <i>Уметь:</i> отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды. <i>Использовать:</i> полученные знания для воспитания потребности оказывать помощь пострадавшим в различных опасных ситуациях.	Урок	Конспект
11	Защита военнопленных и гражданского населения.	1	Комбинированный	Понятие о комбатантах в международном. Категории лиц, относящиеся к комбатантам. Основные требования международного гуманитарного права по защите военнопленных. Основные требования международного гуманитарного права по защите лиц из числа гражданского населения, находящегося во власти противника. Особая защита международным гуманитарным правом женщин и детей.	<i>Знать:</i> основные требования по защите военнопленных и гражданского персонала. <i>Использовать:</i> полученные знания для воспитания потребности оказывать помощь пострадавшим в различных опасных ситуациях.	Тест	Конспект
Безопасное поведение в криминогенных ситуациях (3 ч)							

12	Защита от мошенников.	1	Комбинированный	Понятие о мошенничестве. Основные черты мошенника. Виды мошенничества: хищение путем обмана, хищение путем злоупотребления доверием. Уголовная ответственность за мошенничество. Основные приемы мошенничества. Правила защиты от мошенников.	<i>Знать:</i> об уголовной ответственности несовершеннолетних и видах наказаний. <i>Использовать:</i> полученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для безопасного поведения.	К.Р.	§27, стр. 193-197
13	Безопасное поведение девушек.	1	Комбинированный	Понятие о преступлениях на сексуальной почве. Уголовная ответственность за насильственные действия сексуального характера. Лица, представляющие угрозу насильственных действий и их психологический портрет. Правила безопасного поведения и психологической защиты по предотвращению насильственных действий сексуального характера.	<i>Знать:</i> правила поведения в криминогенных ситуациях. <i>Использовать:</i> полученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для безопасного поведения.	Урок	§27, стр. 197-199
14	Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтных ситуаций.	1	Комбинированный	Психология преступника в выборе «жертвы». Признаки потенциальной «жертвы» и признаки неуязвимости уверенного в себе человека. Развитие качеств личности уверенного человека. Правила поведения, уменьшающие риск встречи с насильниками и хулиганами. Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов.	<i>Знать:</i> правила поведения в криминогенных ситуациях. <i>Использовать:</i> полученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для безопасного поведения.	П.Р.	§28, стр.215-217
Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (7 ч)							
Профилактика травм в старшем школьном возрасте (3 ч)							
15	Причины травматизма и пути их предотвращения.	1	Комбинированный	Причины травматизма в старшем школьном возрасте. Наиболее характерные причины травм и повреждений у подростков и рекомендации по их предотвращению.	<i>Знать:</i> причины травматизма школьников. <i>Владеть навыками:</i> безопасного поведения по его предотвращению.	К.Р.	§28,
16	Безопасное поведение дома и на улице.	1	Комбинированный	Понятие о бытовом травматизме. Рекомендации по предотвращению травм в домашних условиях. Предотвращение	<i>Знать:</i> правила безопасного поведения дома и на улице. <i>Уметь:</i> соблюдать правила	Урок	Конспект

(*)

				травм при пожаре в доме (квартире). Предотвращение травм при обращении с электрическими приборами и электрооборудованием. Предотвращение травм на улице и на водоемах. Предотвращение травм в дорожно-транспортных происшествиях. Предотвращение травм в доме (на кухне, в ванной комнате, при проведении ремонта).	безопасного поведения, помогающие предотвратить травматизм дома и на улице. <i>Использовать:</i> полученные знания для воспитания ценностного отношения к своему здоровью и жизни.		
17	Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом.	1	Комбинированный	Понятие о школьном травматизме. Предотвращение травм на уроках физики при работе электроприборами и электрооборудованием. Предотвращение травм на уроках химии. Предотвращение травм на уроках физкультуры и при занятиях спортом. Предотвращение травм на переменах.	<i>Знать:</i> правила безопасного поведения на уроках в школе. <i>Уметь:</i> соблюдать правила безопасного поведения, помогающие предотвратить травмы. <i>Использовать:</i> полученные знания для воспитания ценностного отношения к своему здоровью и жизни.	Урок	§21, стр. 147-158
Основы медицинских знаний (4 ч)							
18	Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика.	1	Комбинированный	Понятие об асептике. Виды ранений, при которых необходимо выполнение мероприятий по предотвращению инфицирования и ускорению заживления. Значение асептической повязки. Система асептических мероприятий. Понятие об антисептике. Виды антисептики. Химические и биологические средства антисептики, их характеристика и применение.	<i>Знать:</i> виды ранений. <i>Иметь представление:</i> об асептике и антисептике.	П.Р.	§27, стр. 199-204
19	Травмы головы, позвоночника и спины.	1	Комбинированный	Причины и признаки травм головы и позвоночника. Оказание первой помощи при травмах головы и позвоночника. Сотрясение головного мозга, признаки и симптомы. Основные правила оказания первой помощи при сотрясении головного	<i>Знать:</i> причины и признаки травм головы и позвоночника. <i>Уметь:</i> определять признаки и оказывать первую помощь при травмах головы и позвоночника	Тв. работа	Гл. 5. §24, стр. 168-170

				мозга. Боли в спине. Признаки и симптомы повреждения спины. Предотвращение появления болей в спине. Первая помощь при болях в спине.			
20	Экстренная реанимационная помощь.	1	Комбинированный	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».	<i>Знать:</i> признаки клинической смерти. <i>Иметь представление:</i> о последовательности проведения реанимационных мероприятий. <i>Практически освоить:</i> технику и последовательность выполнения реанимационных мероприятий.	Урок	Гл. 5.§21, стр. 151-159
21	Основные неинфекционные заболевания.	1	Комбинированный	Общие сведения о неинфекционных заболеваниях. Характеристика наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваний и факторы, влияющие на их возникновение. Основные причины роста неинфекционных заболеваний.	<i>Получить представление-</i> , о наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваниях.	Пр.Р.	Гл. 5.§23, стр. 160-167
Раздел 3. Основы здорового образа жизни (14 ч)							
Здоровье и здоровый образ жизни (3 ч)							
22	Здоровье человека.	1	Комбинированный	Понятие о здоровье. Составляющие здоровья. Духовное и физическое здоровье, их характеристика. Взаимосвязь духовного здоровья с социальным. Критерии оценки здоровья детей и подростков. Характеристика групп здоровья детей и	<i>Получить представление:</i> о составляющих здоровья человека, критериях его оценки, группах здоровья детей и подростков. <i>Использовать:</i> приобретенные знания в повседневной жизни для	К.Р.	Конспект

				подростков. Общественное и индивидуальное здоровье. Факторы, влияющие на здоровье человека.	ведения здорового образа жизни.		
23	Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления.	1	Комбинированный	Влияние здорового образа жизни на формирование личности. Элементы здорового образа жизни и их характеристика. Факторы риска. Теории оздоровления человеческого организма. Оздоровительные системы и их составляющие. Индивидуальный подход к выбору оздоровительной системы.	<i>Знать:</i> основное определение понятия «здоровый образ жизни»; факторы, влияющие на здоровье. <i>Использовать:</i> приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.	Тв. работа	Конспект
24	Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье.	1	Комбинированный	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.	<i>Получить представление:</i> о влиянии факторов риска, риска внешней среды на внутреннюю среду организма человека. <i>Использовать:</i> приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.	Тв. работа	Гл. 4.§18,19
Личная гигиена (3 ч)							
25	Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды.	1	Комбинированный	Общие сведения о гигиене. Задачи гигиены. Понятие о личной гигиене и ее составляющие. Общие сведения о коже человека и ее функциях. Гигиена кожи. Главная функция одежды человека. Гигиенические требования к одежде, обуви и головным уборам.	<i>Знать:</i> правила личной гигиены, ухода за кожей и одеждой. <i>Получить представление:</i> о гигиене и ее составляющих, гигиенических требованиях к одежде, обуви и головным уборам.	Д-3	Конспект
26	Гигиена питания и воды.	1	Комбинированный	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 питания человека. Рекомендуемое	<i>Знать:</i> общие сведения о продуктах животного и растительного происхождения и питьевой воде. <i>Научиться:</i> соблюдать режим питания, правильно распределять рацион питания в течение дня. <i>Использовать:</i> приобретенные знания для обеспечения личной	Индивидуальный опрос.	Глава 2, § 2.2, 2.3

				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.	безопасности и здоровья.		----- 3
27	Гигиена жилища и индивидуального строительства.	1	Комбинированный	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).	<i>Получить представление:</i> о гигиенических требованиях к современному жилищу и индивидуальному строительству загородных домов. <i>Использовать:</i> приобретенные знания для обеспечения личной безопасности и здоровья.	Индивидуальный опрос.	Глава 2, § 2.5, 2.6
Физиологические и психологические особенности организма подростка (4 ч)							
28	Физиологическое и психологическое развитие подростков.	1	Комбинированный	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	<i>Знать:</i> о физическом и психологическом развитии в подростковом и юношеском возрасте. <i>Уметь:</i> учитывать эти особенности при общении с окружающими.	Индивидуальный опрос.	Глава 3, § 3.1

				неустойчивость нервной системы. Рекомендации по предупреждению повышенной нервной возбудимости.			
29	Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции.	1	Комбинированный	Понятие о состоянии влюбленности. Психологические особенности взаимоотношений подростков (юношей и девушек) в этом состоянии. Первые чувства и проявления любви. Вопросы нравственности во взаимоотношениях полов.	<i>Получить представление:</i> об особенностях отношений юношей и девушек.	Индивидуальный опрос.	Глава 4
30	Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных ситуациях.	1	Комбинированный	Понятие о конфликте. Виды конфликтов и методы преодоления разногласий. Правила поведения в конфликтной ситуации. Управление чувствами и эмоциями в конфликтной ситуации. Приемы управления чувствами и эмоциями. Общение с возбужденным собеседником. Приемы снятия эмоционального возбуждения.	<i>Знать:</i> виды конфликтов. <i>Уметь:</i> правильно вести себя в конфликтных ситуациях.	Индивидуальный опрос.	Глава 3, § 3.2, 3.3
31	Суицидальное поведение в подростковом возрасте.	1	Комбинированный	Общие сведения о суицидах. Опасные ситуации, связанные с суицидами (самоубийствами). Причины и факторы, повышающие вероятность суицидов. Зависимость числа суицидов от возраста и пола. Суициды среди подростков, молодежи и студентов. Понятие об угнетенном психическом состоянии и депрессии, пути их преодоления. Профилактика суицидов.	<i>Получить представление:</i> о причинах и профилактике суицидов. <i>Уметь:</i> преодолевать угнетенное психическое состояние и депрессию.	Индивидуальный опрос.	Глава 3, §3.4
32	Употребление табака и алкоголя	1	Комбинированный	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	<i>Сформировать:</i> у себя негативное отношение к табакокурению. <i>Использовать:</i> приобретенные знания для обеспечения личной безопасности и здоровья.	Индивидуальный опрос.	Глава 5, §5.1

				табачного дыма на организм человека. Профилактика и отказ от табакокурения.			
33	Наркомания и токсикомания.	1	Комбинированный	Понятие о наркомании и токсикомании. Действие наркотических веществ на организм человека. Признаки наркомании и токсикомании. Развитие психической зависимости от наркотика. Развитие физической зависимости от наркотика. Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами. Первая помощь при наркотическом отравлении. Первая помощь при отравлении лекарственными препаратами.	<i>Сформировать:</i> у себя негативное отношение к употреблению психоактивных веществ. <i>Уметь:</i> оказывать первую помощь при отравлении наркотиками и лекарственными препаратами.	Индивидуальный опрос.	Глава 5, § 5.3
34	Итоговый урок. Повторение темы; «Основы здорового образа жизни»	1	Комбинированный	Понятие о заболеваниях, передаваемых половым путем, и их опасность для здоровья человека. Характеристика наиболее распространенных заболеваний, передаваемых половым путем.	<i>Получить представление:</i> о заболеваниях, передающихся половым путем, и путях их профилактики.	Индивидуальный опрос.	Конспект

