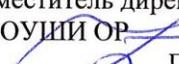


**Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
школа-интернат Курортного района Санкт-Петербурга «Олимпийский резерв»**

197706, Санкт-Петербург, Сестрорецк, Приморское шоссе, дом 356, тел. (812) 437-34-60, 437-34-22, 437-25-35

Рекомендовано к использованию
МО протокол № 1 от
23.08.18

Согласовано
Заместитель директора по УВР
ГБОУ ИИ ОР

Первухина Н.А.

Принято
на заседании Педагогического
совета
Протокол № 1 от 30.08.18 от

Утверждено
Директор  Умеренков
В.И.
Приказ № 18 от 30.08.18



Рабочая программа

по Основам безопасности жизнедеятельности

для учащихся 9 а класса

Срок реализации: 1 год

Автор: Преподаватель-организатор ОБЖ Андриянов Сергей Владимирович

Санкт – Петербург
2018-19г

Аннотация к рабочей программе по ОБЖ для 9-х классов

Рабочая программа разработана в соответствии с Положением о рабочей программе педагога ГБОУШИ ОР и соответствует Образовательной программе ОУ.

Рабочая программа конкретизирует содержание предметных тем государственного образовательного стандарта и дает распределение учебных часов по разделам и темам курса.

При разработке данной программы, за основу взята государственная программа для учащихся общеобразовательных учреждений подготовленная В.Н.Латчуком, С.К.Мироновым, С.Н. Вангородским (в полном объеме), кроме того, увеличено количество часов на разделы «безопасность и защита человека в среде обитания» и «оказание первой доврачебной помощи» (программа В.Г.Бубнова «Основы медицинских знаний»).

Программа рассчитана на 1 год обучения.

В соответствии с учебным планом школы - интерната в 2018-2019 учебном году в 9 классе на изучение предмета отводится 34 часа, 1 час в неделю.

В рабочей программе нашли отражение цели и задачи изучения данного курса, содержание тем, требования к уровню подготовки обучающихся, календарно-тематический план, перечень учебно-методического и материального обеспечения. В программе заложены возможности предусмотренного стандартом формирования у учащихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций.

Содержание предмета представлено в программе в виде следующих тематических блоков:

1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (11 часов)
2. Основы медицинских знаний (12 часов)
3. Основы здорового образа жизни (11 часов)

Для изучения ОБЖ в 9-х классах используются следующие учебники:

- Латчук В.Н., Марков В.В «Основы безопасности жизнедеятельности» 9 кл. – М.: «Дрофа» 2013г.;
- Учебник «Первая помощь» Российского общества Красный Крест;

- Бубнов В.Г, Бубнова Н.В. «Основы медицинских знаний». 8 класс – М.: АСТ, 1997г.

Пояснительная записка.

Статус документа

Настоящая программа по ОБЖ для 9-х классов создана на основе федерального компонента государственного стандарта основного общего образования и программы общеобразовательных учреждений, утверждённые приказом Министерства образования Российской Федерации от 09 марта 2004 г. № 1312».

Программа детализирует и раскрывает содержание стандарта, определяет общую стратегию обучения, воспитания и развития учащихся средствами учебного предмета в соответствии с целями изучения ОБЖ, которые определены стандартом.

Структура документа

Рабочая программа по ОБЖ представляет собой целостный документ, включающий шесть разделов: пояснительную записку; учебно-тематический план; содержание тем учебного курса; требования к уровню подготовки учащихся; перечень учебно-методического обеспечения, календарно-тематическое планирование.

Общая характеристика учебного предмета

Приоритетной целью школьного курса ОБЖ является воспитание личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества.

Изучение тематики данной рабочей программы направлено на реализацию следующих **задач**:

- **освоение знаний** о здоровом образе жизни; об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
- **развитие** качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- **воспитание** чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- **овладение умениями** предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь.
- **воспитание** у школьников ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни, чувства уважения к героическому наследию России, её государственной символике, патриотизма и стремления выполнить долг по защите Отечества;
- **формирование** у обучающихся научных представлений о принципах и путях снижения «фактора риска» в деятельности человека и общества;
- **выработка** умений предвидеть опасные ситуации природного, техногенного и социального характера и адекватно противодействовать им;

Методы обучения.

ОБЖ как учебный предмет во многом специфичен и значительно отличается от других школьных дисциплин.

В изучении курса используются следующие **методы**:

Рассказ, объяснение, беседа, лекция, наблюдение, моделирование, выполнение практических работ, работа с учебником и справочным материалом.

Основные технологии обучения:

1. Модульно – блочная технология;
2. Дистанционные технологии

Характерные для учебного курса формы организации деятельности учащихся:

- парная; индивидуальная;
- проектная, игровая деятельность;
- самостоятельная, совместная деятельность;
- экскурсия.

Специфические для учебного курса формы контроля освоения учащимися содержания (текущего, промежуточного, итогового):

Текущий контроль: *тест, устный опрос, практическая работа.*

Промежуточный контроль: *тест, практическая работа.*

Итоговый контроль: *тест.*

Конкретизированные цели и задачи курса:

Программа ставит целью:

формирование у учащихся умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций по следующим направлениям:

- формирование цельного представления о безопасности жизнедеятельности и её значении для благополучного развития личности, общества и государства;
- изучение правил оказания и овладение навыками первой медицинской помощи в сложных случаях при острой необходимости;
- ознакомление с задачами и структурами государственных организаций, занимающихся вопросами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- изучение правовых основ подготовки граждан к военной службе и воинской обязанности;
- оценка и корректировка своего поведения в окружающей среде, выполнение в практической деятельности и повседневной жизни требований личной и общественной безопасности;
- умение отстаивать свою гражданскую позицию, формировать мировоззренческие взгляды;
- осуществление осознанного выбора пути продолжения образования и будущей профессии.

Место предмета в федеральном базисном учебном плане

Настоящая учебная программа рассчитана для учащихся 9-х классов. Изучение курса ОБЖ рассчитано на 1 год обучения, один час в неделю. Всего за год 34 часа. Основная часть учебного времени отводится на упражнения, самостоятельную и творческую работу.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса

В соответствии с требованиями ФГОС ООО к результатам освоения основной образовательной программы занятия по ОБЖ направлены на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые они должны приобрести в процессе освоения учебного предмета «ОБЖ»:

- развитие пространственного воображения, творческого мышления, эстетического вкуса;
- развитие наблюдательности, внимания, образной памяти, глазомера, умения подмечать наиболее характерные признаки в предмете;
- овладение установками, нормами и правилами научной организации умственного и физического труда;
- самооценка умственных и физических способностей для труда в различных сферах с позиций будущей социализации;
- становление самоопределения в выбранной сфере будущей профессиональной деятельности;
- самооценка готовности к предпринимательской деятельности в сфере технического труда;
- выработка аналитического мышления учащихся;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- воспитание трудолюбия, бережливости, аккуратности, целеустремленности, предприимчивости, ответственности за результаты своей деятельности.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности универсальных способностей учащихся, проявляющихся в познавательной и практической творческой деятельности:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся задачей;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи;
- владение основами самоконтроля, самооценки;
- умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, разрешать конфликты, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение.

- развитие индивидуальных творческих способностей обучающихся, формирование устойчивого интереса к творческой деятельности.
- проявление инновационного подхода к решению учебных и практических задач в процессе моделирования или технологического процесса.

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в освоении основной программы, при изучении которой знания приобретаются и закрепляются в процессе освоения учебного предмета:

- формирование умений воплощать свою идею в конкретную форму.
- обучение умению анализировать и определять местоположение в пространстве;
- владение алгоритмами и методами решения поставленных задач;
- классификация видов и назначения методов получения и преобразования информации.

Система формирования средствами предмета универсальных учебных умений.

Коммуникативные	
Описывать – ставить и отвечать на вопросы «что», «где», «как» Объяснять – работать с вопросами «отчего, почему, зачем, что будет, если...» Участвовать в беседе, дискуссии Рецензировать ответ	
<p style="text-align: center;">Информационные</p> Умение читать и ставить цель чтения Умение выделять главное слово, мысль Умение работать с таблицами Умение работать с учебником, справочной литературой Умение составлять конспект Умение составлять план текста	<p style="text-align: center;">Интеллектуальные</p> Сопоставлять объекты Сравнить Анализировать Обобщать Классифицировать Моделировать Оценивать
<p style="text-align: center;">Организационные</p> Умения целеполагания: -умение принимать цель, поставленную учителем или сформулированную в учебнике и т.д., работать в соответствии с целью; -умение ставить и формулировать цель, отбирать средства для ее достижения и работать в соответствии с целью; -умение планировать деятельность (составлять последовательность этапов	<p style="text-align: center;">Организационные</p> -умение осуществлять самоконтроль (сличать действия и результат действий с образцом, правилом, поставленной целью); -умение осуществлять самоанализ деятельности (в отношении цели и плана с учетом принципов и правил применения знаний, умений и навыков);

выполнения операций и действий); -умение работать в определенном темпе (мысленно прикидывать и рассчитывать время, необходимое для выполнения этапов работы, решения задач, работы в целом)	--умение осуществлять самокоррекцию деятельности на основе данных самоанализа и самоконтроля. Рефлексия деятельности.
--	---

Требования к уровню подготовки обучающихся 9 класса

В результате изучения ОБЖ ученик должен

использовать приоритетные знания в практической деятельности и повседневной жизни для:

- ведения здорового образа жизни;
- оказания первой медицинской помощи;
- развития в себе духовных и физических качеств;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

знать /понимать:

- правила личной гигиены;
- связь гигиены и физической культуры;
- правила первой помощи при растяжениях связок и вывихах;
- признаки остановки сердца и порядок действий при сердечно-лёгочной реанимации.

Уметь:

- оказать помощь при острой сердечной недостаточности, инсульте, растяжениях связок и вывихах;
- работать с правовыми документами.

**Учебно – тематический план 9 класс
(структура курса)**

№	Название раздела (модуля)	№ Урока (1 час)	Тема урока (блока)	Тематические контрольные работы
1	«Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях» 11 часов	1	Цели и задачи РСЧС. Структура РСЧС	
		2	Режимы функционирования РСЧС. Силы и средства РСЧС	
		3	Практическое занятие «Действия учащихся при пожаре в школе»	
		4	Определение международного гуманитарного права и сфера его применения.	
		5	Правовая защита раненых, больных и потерпевших кораблекрушение.	
		6	Медицинский и духовный персонал. Защита военнопленных. Гражданское население.	
		7	Ответственность за нарушение норм международного гуманитарного права	
		8	Защита от мошенников. ПДД №1.	
		9	О безопасности девушек. ПДД №2.	
		10	Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. ПДД №3.	
		11	Контрольная работа №1 «Безопасность человека при ЧС»	1 «Безопасность человека при ЧС»
2	«Основы медицинских знаний» 12 часов	1	Причины травматизма в старшем школьном возрасте и пути их предотвращения. ПДД №4.	
		2	Безопасное поведение дома. Безопасное поведение в школе.	
		3	Безопасное поведение на занятиях физической культурой. Безопасное поведение на улице. ПДД №5.	
		4	Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика.	
		5	Практическое занятие «Оказание первой медицинской помощи при различных ранениях»	
		6	Травмы головы, позвоночника и спины	
		7	Практическое занятие «Правила медицинской помощи при травмах позвоночника и спины»	
		8	Признаки жизни и смерти. ПДД №6.	
		9	Прекардиальный удар в область грудины.	
		10	Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция лёгких.	
		11	Остановка сердца и прекращение дыхания. ПДД №7.	

		12	Контрольная работа №2 «Правила оказания ПМП»	2 «Правила оказания ПМП»
3	«Основы здорового образа жизни» 11 часов	1	Здоровье человека. Здоровый образ жизни - путь к достижению здорового образа жизни.	
		2	Современные методы оздоровления. Факторы риска во внешней и внутренней среде организма человека. Их влияние на здоровье	
		3	Гигиена кожи. Гигиена питания. Гигиена воды.	
		4	Гигиена одежды. Гигиена жилища. Гигиена индивидуального строительства	
		5	Физиологическое и психологическое развитие подростков	
		6	Психологическая уравновешенность в конфликтных ситуациях	
		7	Управление чувствами и эмоциями. Суицид и подросток.	
		8	Роль взаимоотношений подростков в формировании репродуктивной функции	
		9	Употребление табака и его влияние на здоровье	
		10	Алкоголь, его влияние на организм	
		11	Контрольная работа №3 «ЗОЖ»	3 «ЗОЖ»
	Всего	34 часа		

Предмет: ОБЖ

Классы: 9 класс

Учитель: Андриянов С.В.

Кол-во часов за год:

Всего: 34

В неделю 1 час

Плановых контрольных работ: 3

Планирование составлено на основе:

- государственной программы для учащихся общеобразовательных учреждений подготовленная В.Н.Латчуком, С.К.Мироновым, С.Н. Вангородским «Основы безопасности жизнедеятельности» для общеобразовательных учреждений 5-11 классы – М., Дрофа, 2010г.

Учебник: Латчук В.Н.. Марков В.В «Основы безопасности жизнедеятельности» 9 кл. – М.: «Дрофа» 2013г.

Календарно - тематический план

№ п/п	Дата		Разделы, темы	Элементы содержания	Виды контрольных измерителей	Домашнее задание
	План	Факт				
Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (11 часов)						
1			Цели и задачи РСЧС. Структура РСЧС	РСЧС, подсистемы и уровни РСЧС, координирующие и постоянно действующие органы РСЧС, комиссии по ЧС и их полномочия	Фронтальный опрос	
2			Режимы функционирования РСЧС. Силы и средства РСЧС	Режимы работы РСЧС, механизм их реализации, подразделения МЧС и их функции	Работа по карточкам	
3			Практическое занятие «Действия учащихся при пожаре в школе»	Эвакуация из здания при угрозе возникновения пожара, первичные средства пожаротушения и правила их использования	Фронтальный опрос	
4			Определение международного гуманитарного права и сфера его применения.	История появления международного гуманитарного права, Женевские конвенции и дополнительные протоколы к ним, нормы МГП, категории граждан, в отношении которых применяются нормы МГП	Тестирование	
5			Правовая защита раненых, больных и потерпевших кораблекрушение.	Комбатанты, требования МГП в отношении раненых, больных и потерявших кораблекрушение	Работа по карточкам	
6			Медицинский и духовный персонал. Защита военнопленных. Гражданское население.	Нормы МГП в отношении военнопленных, отличительные знаки медицинских формирований	Фронтальный опрос	
7			Ответственность за нарушение норм международного гуманитарного права	Ответственность отдельных граждан и государства за невыполнение норм МГП	Фронтальный опрос	
8			Защита от мошенников. ПДД №1.	Преступление, виды мошенничества, правила поведения	Работа по карточкам	

				при встрече с мошенником		
9			О безопасности девушек. ПДД №2.	Анализ статей УК РФ в части преступлений, связанных с возможностью совершения насильственных действий сексуального характера в отношении девушек, их профилактика и приемы самообороны	Тестирование	
10			Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. ПДД №3.	Психологический портрет преступника и жертвы, психологические основы поведения в ситуациях криминогенного характера	Тестирование	
11			Контрольная работа №1 «Безопасность человека при ЧС»	Рассмотрение ситуационных задач по теме	Фронтальный опрос	
Раздел 2. Основы медицинских знаний (12 часов)						
12			Причины травматизма в старшем школьном возрасте и пути их предотвращения. ПДД №4.	Характеристика основных травм в школе и дома, причины травм и их последствия	Тестирование	
13			Безопасное поведение дома. Безопасное поведение в школе.	Правила безопасного поведения дома и в школе, правила техники безопасности при работе с электрооборудованием и электроприборами, правила техники безопасности на уроках физики, химии, технологии	Фронтальный опрос	
14			Безопасное поведение на занятиях физической культурой. Безопасное поведение на улице. ПДД №5.	Основные опасности на уроках физической культуры и при нахождении на улице, их профилактика. Правила дорожного движения, порядок действий при ДТП	Работа по карточкам	
15			Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика.	Асептика, антисептика, виды антисептики, виды повязок, средства дезинфекции и обработки ран	Тестирование	
16			Практическое занятие «Оказание первой	Способы наложения повязок и их	Тестирование	

			медицинской помощи при различных ранениях»	виды		
17			Травмы головы, позвоночника и спины	Причины и последствия травм позвоночника и спины, симптомы травм позвоночника и спины, признаки сотрясения мозга	Фронтальный опрос	
18			Практическое занятие «Правила медицинская помощь при травмах позвоночника и спины»	Правила оказания ПМП при травмах позвоночника и спины, транспортировка пострадавших	Тестирование	
19			Признаки жизни и смерти. ПДД №6.	Абсолютные и относительные признаки смерти, фазы смерти, последовательность оценки состояния пострадавшего	Фронтальный опрос	
20			Прекардиальный удар в область грудины.	Показания к проведению прекардиального удара, методика его нанесения	Работа по карточкам	
21			Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция лёгких.	Состояния, при которых необходим непрямой массаж сердца и искусственная вентиляция легких, методика их выполнения	Фронтальный опрос	
22			Остановка сердца и прекращение дыхания. ПДД №7.	Признаки нарушения сердечно-легочной деятельности, последовательность действий при проведении сердечно-легочной реанимации	Тестирование	
23			Контрольная работа №2 «Правила оказания ПМП»	Виды утопления. Признаки утопления, последовательность оказания ПМП при утоплении	Работа по карточкам	
Раздел 3. Основы здорового образа жизни (11 часов)						
24			Здоровье человека. Здоровый образ жизни - путь к достижению здорового образа жизни.	Составляющие здоровья, ЗОЖ и его составляющие	Фронтальный опрос	
25			Современные методы оздоровления. Факторы риска во внешней и внутренней среде организма человека. Их влияние на здоровье	Внешняя и внутренняя среда организма, факторы внешней и внутренней среды, влияющие на здоровье человека	Работа по карточкам	
26			Гигиена кожи. Гигиена питания. Гигиена	Гигиена, виды гигиены, гигиена	Тестирование	

			воды.	личная и общественная, гигиена кожи и питания		
27			Гигиена одежды. Гигиена жилища. Гигиена индивидуального строительства	Гигиенические требования к одежде и жилым помещениям	Тестирование	
28			Физиологическое и психологическое развитие подростков	Особенности психолого - физиологического развития подростков, особенности поведения в подростковом возрасте	Фронтальный опрос	
29			Психологическая уравновешенность в конфликтных ситуациях	Конфликт и его виды, принципы решения конфликтов	Тестирование	
30			Управление чувствами и эмоциями. Суицид и подросток.	Принципы общения с собеседником и ведения споров, суицид и причины к нему приводящие, порядок действий при попытке суицида	Тестирование	
31			Роль взаимоотношений подростков в формировании репродуктивной функции	Принципы общения с противоположным полом, основы репродуктивного здоровья	Фронтальный опрос	
32			Употребление табака и его влияние на здоровье	Никотиновая зависимость, профилактика табакокурения	Работа по карточкам	
33			Алкоголь, его влияние на организм	Алкоголь, степени алкогольного опьянения, ПМП при алкогольном опьянении	Тестирование	
34			Контрольная работа №3 «ЗОЖ»	Наркотик, наркотическая зависимость, последствия, ПМП при наркотическом отравлении	Тестирование	

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО КУРСА

Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях (11 часов)

Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Цели, задачи, структура, режимы функционирования, силы и средства РСЧС.

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

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

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

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

Правила обеспечения сохранности личных вещей.

Психологические приемы самозащиты. Понятие о самозащите. Самооценка поведения. Уверенное и решительное поведение в криминогенных ситуациях. Правила тренировки уверенности. Что следует предпринять, если конфликт неизбежен. Что не рекомендуется делать при конфликте.

Психологическое воздействие на насильника. Поведение при попытке изнасилования и насильственных действий сексуального характера.

Основы медицинских знаний (12 часов)

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

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

Причины травматизма на уроках физической культуры и во время занятий спортом. Виды спорта с высокой степенью травматического риска.

Профилактика травматизма на уроках физической культуры и на занятиях спортом. Одежда, обувь и защитное снаряжение.

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

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

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

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

Экстренная реанимационная помощь. Понятие о клинической смерти. Признаки клинической смерти. Основные правила определения признаков клинической смерти. Последовательность проведения реанимационных мероприятий. Подготовка пострадавшего к реанимации. Понятие о прекардиальном ударе. Техника и последовательность действий при нанесении прекардиального удара. Понятие о непрямом массаже сердца.

Техника и последовательность действий при проведении непрямого массажа сердца. Понятие об искусственной вентиляции легких. Техника и последовательность действий при проведении искусственной вентиляции легких. Отработка метода искусственного дыхания «рот в рот».

Основы здорового образа жизни (11 часов)

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

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

Система оздоровления организма человека.

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

Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья человека. Психическое здоровье и эмоциональное благополучие человека.

Понятие о психическом здоровье и эмоциях. Влияние психического здоровья на эмоциональное благополучие, их взаимная зависимость.

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

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

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

Факторы, укрепляющие здоровье человека (3ч)

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

Факторы, разрушающие здоровье человека (3ч)

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

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

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

Критерии оценки:

Знания и умения обучающихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.

1. Оценку «5» получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает обучающийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.
2. Оценку «4» получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат, в общем, соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4» получает обучающийся, набравший 70 – 89% от максимально возможного количества баллов.
3. Оценку «3» получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает обучающийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.
4. Оценку «2» получает обучающийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает обучающийся, набравший 20 - 44% от максимально возможного количества баллов.

Перечень учебно-методического обеспечения

Материальное обеспечение:

- ♣ Электронный тир;
- ♣ Плакаты по темам;
- ♣ Видеотека;
- ♣ Образцы оружия;
- ♣ Средства, обеспечивающие охрану труда;
- ♣ Рабочее место учителя;
- ♣ Доска учебная.

Для учителя:

Фундаментальное ядро содержания общего образования/ Рос. акад. наук, Рос. акад. образования; под ред. В.В. Козлова, А.М. Кондакова. – 4-е изд., дораб. - М.: Просвещение, 2011. – 79 с. – (Стандарты второго поколения).

1. Примерная программа по учебному предмету Основы безопасности жизнедеятельности. 8-11 классы. – М.: Просвещение, 2010. – 40с. – (Стандарты второго поколения).
2. Авторская программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» в V – XI классах: Латчук В.Н., Миронов С. К., Вангородский С.Н. Программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для обучающихся 5-11 классов общеобразовательных учреждений. – М.: Дрофа, 2010.
3. Дурнев Р.А., Смирнов А.Т. Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности школьников. 5-11 классы: методическое пособие. – М.: Дрофа. 2009.
4. Евлахов. Основы безопасности жизнедеятельности. Методика проведения занятий в общеобразовательном учреждении: учебно-методическое пособие. – М.: Дрофа. 2009.

Для ученика:

1. Вангородский С. Н., Кузнецов М. И., Латчук В. Н., Марков В. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: учебник. — М.: Дрофа, 2013.

Законодательные акты и нормативные правовые документы:

1. Конституция Российской Федерации (последняя редакция).
2. Закон Российской Федерации «Об образовании» (последняя редакция).

3. Федеральный закон «О безопасности» (последняя редакция).
4. Федеральный закон «Об обороне» (последняя редакция).
5. Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (последняя редакция).
6. Федеральный закон «О гражданской обороне» (последняя редакция).
7. Федеральный закон «О пожарной безопасности» (последняя редакция).
8. Федеральный закон «О безопасности дорожного движения» (последняя редакция).
9. Федеральный закон «О противодействии терроризму» (последняя редакция).
10. Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности» (последняя редакция).
11. Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах» (последняя редакция).
12. Федеральный закон «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателя» (последняя редакция).
13. Указ Президента Российской Федерации «О мерах по противодействию терроризму» (от 15 февраля 2006 года № 116).
14. Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации (утв. Президентом Российской Федерации 5 октября 2009 года).
15. Положение о Национальном антитеррористическом комитете (утв. Указом Президента Российской Федерации от 15 февраля 2006 года № 116).
16. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 го (утв. Указом Президента Российской Федерации от 12 мая 2009 года № 537).
17. Стратегия государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 года (утв. Указом Президента Российской Федерации от 9 июня 2010 года № 690).
18. Постановление Правительства Российской Федерации «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (последняя редакция).
19. Постановление Правительства Российской Федерации «О классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (последняя редакция).
20. Постановление Правительства Российской Федерации «О подготовке населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций» (последняя редакция).
21. Правила дорожного движения Российской Федерации (последняя редакция).
22. Семейный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).
23. Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).

Программное и учебно-методическое обеспечение

Программа, кем рекомендована и когда	Кол-во часов в неделю, общее количество часов	Базовый учебник	Методическое обеспечение	Дидактическое обеспечение
<p>Программа по ОБЖ для 5-11 классов создана на основе федерального компонента государственного стандарта основного образования и программы общеобразовательных учреждений, утверждённые приказом Министерства образования Российской Федерации от 09 марта 2004 г. № 1312».</p>	<p>1 час в неделю, всего 34 часа</p>	<p>Вангородский С. Н., Кузнецов М. И., Латчук В. Н., Марков В. В. «Основы безопасности жизнедеятельности». 9 класс: учебник. — М.: Дрофа, 2013.</p>	<p>Евлахов. Основы безопасности жизнедеятельности. Методика проведения занятий в общеобразовательном учреждении: учебно-методическое пособие. – М.: Дрофа. 2009.</p>	

Список литературы (дополнительной)

- Латчук В.Н., Марков В.В. Методическое пособие по «ОБЖ» 5-9 кл. – М.: «Дрофа» 2002г;
- Латчук В.Н., Миронов С.К. Безопасность при террористических актах. 5-11кл.: справочник школьника. – М.:Дрофа, 2008.
- Латчук В.Н., Миронов С.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека: учебно-методическое пособие. – М.:Дрофа, 2005.
- Некляев С.Э. Поведение учащихся в экстремальных условиях природы. – М.:Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2003.
- периодика журнала «ОБЖ»;
- Соловьёв С.С. Основы безопасности жизнедеятельности. Алкоголь, табак и наркотики – главные враги здоровья человека: учебно-методическое пособие – М.:Дрофа, 2005.
- «Чрезвычайные ситуации» энциклопедия школьника (под редакцией Шойгу С.К.) - М: 2006г. Рекомендовано Учёным советом Педагогического общества России в качестве учебного пособия при изучении курса ОБЖ.

Электронные учебные издания и интернет - ресурсы.

1. Электронный учебник по основам безопасности жизнедеятельности.
2. Образовательный портал 12-й Всероссийский интернет-педсовет (<http://pedsovet.org/>).
3. Разработки уроков – ОБЖ – Методическая копилка (<http://www.k-yroky.ru/>).
4. Сеть творческих учителей (<http://www.it-n.ru/>).
5. Фестиваль педагогических идей «Открытый урок» (<http://festival.1september.ru/>).
6. Хроники катастроф: чудеса света и природы (<http://chronicl.chat.ru/security.htm>).
7. Основы безопасности жизнедеятельности: информационно-методическое издание для преподавателей (<http://www.school-obz.org/>).
8. Правила дорожного движения Российской Федерации (<http://www.shkolnik.ru/books/pdd/index.shtml>).

