



### Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе требований к планируемым результатам основной образовательной программы основного общего образования, реализующей ФГОС ООО.

В рабочую программу включены планируемые результаты освоения учебного предмета, одержание учебного предмета, тематическое планирование.

В своей предметной ориентации рабочая программа направлена на достижение следующих елей:

усвоение учащимися правил безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, ехногенного и социального характера;

понимание ими важности укрепления, сохранения и защиты своего здоровья как личной и бщественной ценности;

уяснение и принятие учащимися достижений гражданского общества: права человека, правовое сударство, семейные ценности, справедливость и ответственность органов власти;

анти экстремистское, антитеррористическое мышление и поведение учащихся, их нетерпимость к ействиям 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.

## 9 класс

### **I. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

Программа учебного курса по ОБЖ способствует формированию универсальных учебных действий обучающегося.

#### **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;
- формирование основ финансовой грамотности и усвоение правил безопасного поведения в сфере финансовых отношений;
- 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, потребности соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

#### **Метапредметные результаты**

##### **Регулятивные УУД**

##### **Обучающийся сможет:**

- 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;
- самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- подбирать к каждой проблеме (задаче) адекватную ей теоретическую модель;
- работая по предложенному и самостоятельно составленному плану, использовать наряду с основными и дополнительные средства (справочная литература, сложные приборы, компьютер);
- планировать свою индивидуальную образовательную траекторию;
- работать по самостоятельно составленному плану, сверяясь с ним и целью деятельности, исправляя ошибки, используя самостоятельно подобранные средства (в том числе и Интернет);

- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся критериев, различая результат и способы действий;
- самостоятельно осознавать причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха.
- оценить степень успешности своей индивидуальной образовательной деятельности;
- организовать свою жизнь в соответствии с общественно значимыми представлениями о здоровом образе жизни, правах и обязанностях гражданина, ценностях бытия и культуры, социального взаимодействия;
- ориентироваться в окружающем мире, выбирать целевые и смысловые установки в своих действиях и поступках, принимать решения.

#### **ознавательные УУД**

##### **Обучающийся сможет:**

- согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
- вести самостоятельный поиск, анализ, отбор информации, ее преобразование, сохранение, передачу и презентацию с помощью технических средств и информационных технологий;
- анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать понятия;
- давать определение понятиям на основе изученного на различных предметах учебного материала;
- осуществлять логическую операцию установления родовидовых отношений;
- обобщать понятия – осуществлять логическую операцию перехода от понятия с меньшим объёмом к понятию с большим объёмом;
- строить рассуждение логически, включающее установление причинно-следственных связей;
- создавать модели с выделением существенных характеристик объекта, преобразовывать модели с целью выявления общих законов, определяющих данную предметную область;
- представлять информацию в виде конспектов, таблиц, схем, графиков. Преобразовывать информацию из одного вида в другой и выбирать удобную для себя форму фиксации и представления информации. Представлять информацию в оптимальной форме;
- самостоятельно создавать источники информации разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности;
- использовать компьютерные и коммуникационные технологии как инструмент для достижения своих целей. Выбирать адекватные задаче инструментальные программно-аппаратные средства и сервисы.

#### **коммуникативные УУД**

##### **Обучающийся сможет:**

- отстаивая свою точку зрения, приводить аргументы, подтверждая их фактами;
- в дискуссии уметь выдвинуть контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);
- критично относиться к своему мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- взглянуть на ситуацию с иной позиции и договариваться с людьми иных позиций.

#### **предметные результаты**

##### **Обучающийся 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 применением 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 себя и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;

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

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

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

безопасно вести себя и применять способы самозащиты при карманной краже;

безопасно вести себя 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.

**бучающиеся получают возможность практически применять полученные навыки и умения:**

готовиться к туристическим походам;

адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести себя 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 (попытке похищения) или захвате в заложники 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, требующие 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 обморожениях и общем переохлаждении;

оказывать первую помощь при отравлениях;

оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;

оказывать первую помощь при укусах насекомых и змей.

## **II. Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

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

**Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства.**

Структура законодательства в сфере безопасности и защиты от чрезвычайных ситуаций. Краткое содержание основных правовых актов.

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

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

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

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

#### **ОРГАНИЗАЦИЯ ЕДИНОЙ ГОСУДАРСТВЕННОЙ СИСТЕМЫ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ И ЛИКВИДАЦИИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ (РСЧС)**

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

**Режимы функционирования, силы и средства РСЧС.** Режимы функционирования и основные мероприятия при их введении: в отсутствие чрезвычайной ситуации; при угрозе ее возникновения; при возникновении и ликвидации. Силы и средства РСЧС, их задачи и характеристика.

#### **МЕЖДУНАРОДНОЕ ГУМАНИТАРНОЕ ПРАВО**

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

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

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

#### **БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ В КРИМИНОГЕННЫХ СИТУАЦИЯХ**

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

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

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

#### **ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ**

## ПРОФИЛАКТИКА ТРАВМ В СТАРШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ

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

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

**Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом.** Правила поведения на уроках физики, химии, во время перемен. Причины травматизма на уроках физической культуры и во время занятий спортом. Виды спорта с высокой степенью травматического риска. Профилактика травматизма на уроках физической культуры и на занятиях спортом. Безопасная одежда, обувь и защитное снаряжение.

## ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

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

**Травмы головы, позвоночника и спины.** Причины травм головы и позвоночника. Признаки симптомов травм головы и позвоночника; первая помощь при них. Сотрясение головного мозга: признаки и симптомы; первая помощь. Признаки и симптомы повреждения спины. Предупреждение повреждения спины и первая помощь при болях.

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

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

## ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ ЗДОРОВЬЕ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

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

**Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления.** Понятие о здоровом образе жизни. Основные компоненты здорового образа жизни: двигательная активность, рациональное питание, закаливание, режим труда и отдыха; их характеристика. Теории оздоровления.

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

## ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА

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

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

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

## ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОДРОСТКА

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

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

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

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

## ФАКТОРЫ, РАЗРУШАЮЩИЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА

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

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

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

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

Тематическое планирование учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

| урока                                                                   | Тема урока                                                                                            | Кол-      |
|-------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Основы безопасности личности, общества и государства (13 ч)</b>      |                                                                                                       | <b>13</b> |
| <b>1. Современный комплекс проблем безопасности</b>                     |                                                                                                       | <b>5</b>  |
| 1                                                                       | Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и                                         | 1         |
| 2                                                                       | Угрозы национальной безопасности Российской Федерации                                                 | 1         |
| 3                                                                       | Международный терроризм как угроза национальной безопасности                                          | 1         |
| 4                                                                       | Наркотизм и национальная безопасность                                                                 | 1         |
| 5                                                                       | Гражданская оборона как составная часть системы национальной                                          | 1         |
| <b>2. Организация единой государственной системы предупреждения и</b>   |                                                                                                       | <b>2</b>  |
| 6                                                                       | Цели, задачи и структура РСЧС                                                                         | 1         |
| 7                                                                       | Режимы функционирования, силы и средства РСЧС                                                         | 1         |
| <b>3. Международное гуманитарное право</b>                              |                                                                                                       | <b>3</b>  |
| 8                                                                       | Международное гуманитарное право. Сфера применения и ответственность                                  | 1         |
| 9                                                                       | Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и                                  | 1         |
| 10                                                                      | Защита военнопленных и гражданского населения                                                         | 1         |
| <b>Безопасное поведение в криминогенных ситуациях</b>                   |                                                                                                       | <b>3</b>  |
| 11                                                                      | Защита от мошенников                                                                                  | 1         |
| 12                                                                      | Безопасное поведение девушек                                                                          | 1         |
| 13                                                                      | Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтных ситуаций      | 1         |
| <b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (7 ч)</b> |                                                                                                       | <b>7</b>  |
| <b>1. Профилактика травм в старшем школьном возрасте</b>                |                                                                                                       | <b>3</b>  |
| 14                                                                      | Причины травматизма и пути их предотвращения                                                          | 1         |
| 15                                                                      | Безопасное поведение дома и на улице                                                                  | 1         |
| 16                                                                      | Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом                                      | 1         |
| <b>2. Основы медицинских знаний</b>                                     |                                                                                                       | <b>4</b>  |
| 17                                                                      | Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика                                                   | 1         |
| 18                                                                      | Травмы головы, позвоночника и спины                                                                   | 1         |
| 19                                                                      | Экстренная реанимационная помощь                                                                      | 1         |
| 20                                                                      | Основные неинфекционные заболевания                                                                   | 1         |
| <b>Основы здорового образа жизни (14 ч)</b>                             |                                                                                                       | <b>14</b> |
| <b>1. Здоровье и здоровый образ жизни</b>                               |                                                                                                       | <b>3</b>  |
| 21                                                                      | Здоровье человека                                                                                     | 1         |
| 22                                                                      | Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления | 1         |
| 23                                                                      | Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье     | 1         |
| <b>2. Личная гигиена</b>                                                |                                                                                                       | <b>3</b>  |
| 24                                                                      | Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды                                                         | 1         |
| 25                                                                      | Гигиена питания и воды                                                                                | 1         |
| 26                                                                      | Гигиена жилища и индивидуального строительства                                                        | 1         |

|    |                                                                          |             |
|----|--------------------------------------------------------------------------|-------------|
| 26 | <b>Физиологические и психологические особенности организма подростка</b> | 4           |
| 27 | Физиологическое и психологическое развитие подростков                    | 1           |
| 28 | Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции               | 1           |
| 29 | Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных ситуациях               | 1           |
| 30 | Суицидальное поведение в подростковом возрасте                           | 1           |
|    | <b>4. Факторы, разрушающие здоровье человека</b>                         | <b>4</b>    |
| 31 | Употребление табака                                                      | 1           |
| 32 | Употребление алкоголя                                                    | 1           |
| 33 | Наркомания и токсикомания                                                | 1           |
| 34 | Заболвания, передающиеся половым путем                                   | 1           |
|    | <b>Итого</b>                                                             | <b>34 ч</b> |

9 «А» КЛАСС (1 час в неделю, всего 34 часа)

| Тема урока                                                                               | Дата проведения |      | Количество часов |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|------|------------------|
|                                                                                          | план            | факт |                  |
| Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства                | 02.09           |      | 1                |
| Угрозы национальной безопасности Российской Федерации                                    | 09.09           |      | 1                |
| Международный терроризм как угроза национальной безопасности                             | 16.09           |      | 1                |
| Наркотики и национальная безопасность                                                    | 23.09           |      | 1                |
| Гражданская оборона как составная часть системы национальной безопасности                | 30.09           |      | 1                |
| Цели, задачи и структура РСЧС                                                            | 07.10           |      | 1                |
| Режимы функционирования, силы и средства РСЧС                                            | 14.10           |      | 1                |
| Международное гуманитарное право.                                                        | 21.10           |      | 1                |
| Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала | 28.10           |      | 1                |
| Защита военнопленных и гражданского населения                                            | 11.11           |      | 1                |
| Защита от мошенников                                                                     | 18.11           |      | 1                |
| Безопасное поведение девушек                                                             | 25.11           |      | 1                |
| Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях                              | 02.12           |      | 1                |
| Причины травматизма и пути их предотвращения                                             | 09.12           |      | 1                |
| Безопасное поведение дома и на улице                                                     | 16.12           |      | 1                |
| Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом                         | 23.12           |      | 1                |
| Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика                                      | 13.01           |      | 1                |
| Травмы головы, позвоночника и спины                                                      | 20.01           |      | 1                |
| Экстренная реанимационная помощь                                                         | 27.01           |      | 1                |
| Основные неинфекционные заболевания                                                      | 03.02           |      | 1                |
| Здоровье человека                                                                        | 10.02           |      | 1                |
| Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья                      | 17.02           |      | 1                |
| Факторы риска во внешней среде и их влияние на здоровье человека                         | 24.02           |      | 1                |
| Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды                                            | 01.03           |      | 1                |
| Гигиена питания и воды                                                                   | 16.03           |      | 1                |

| № п/п | Тема урока                                                 | Дата проведения |      | Количество часов |
|-------|------------------------------------------------------------|-----------------|------|------------------|
|       |                                                            | план            | факт |                  |
|       | Гигиена жилища и индивидуального строительства             | 23.03           |      | 1                |
|       | Физиологическое и психологическое развитие подростков      | 30.03           |      | 1                |
|       | Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции | 13.04           |      | 1                |
|       | Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных ситуациях | 20.04.          |      | 1                |
|       | Суицидальное поведение в подростковом возрасте             | 24.04           |      | 1                |
|       | Употребление табака                                        | 04.05           |      | 1                |
|       | Употребление алкоголя                                      | 11.05           |      | 1                |
|       | Наркомания и токсикомания                                  | 18.05           |      | 1                |
|       | Заболевания, передающиеся половым путем                    | 25.05           |      | 1                |

9 «Б» КЛАСС (1 час в неделю, всего 34 часа)

| Тема урока                                                                               | Дата проведения |      | Количество часов |
|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------|------|------------------|
|                                                                                          | план            | факт |                  |
| Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства                | 02.09           |      | 1                |
| Угрозы национальной безопасности Российской Федерации                                    | 09.09.          |      | 1                |
| Международный терроризм как угроза национальной безопасности                             | 16.09.          |      | 1                |
| Наркотизм и национальная безопасность                                                    | 23.09           |      | 1                |
| Гражданская оборона как составная часть системы национальной безопасности                | 30.09           |      | 1                |
| Цели, задачи и структура РСЧС                                                            | 07.10           |      | 1                |
| Режимы функционирования, силы и средства РСЧС                                            | 14.10           |      | 1                |
| Международное гуманитарное право.                                                        | 21.10           |      | 1                |
| Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала | 28.10           |      | 1                |
| Защита военнопленных и гражданского населения                                            | 11.11           |      | 1                |
| Защита от мошенников                                                                     | 18.11           |      | 1                |
| Безопасное поведение девушек                                                             | 25.11           |      | 1                |
| Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях.                             | 02.12           |      | 1                |
| Причины травматизма и пути их предотвращения                                             | 09.12           |      | 1                |
| Безопасное поведение дома и на улице                                                     | 23.12           |      | 1                |
| Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом                         | 13.01           |      | 1                |
| Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика                                      | 20.01           |      | 1                |
| Травмы головы, позвоночника и спины                                                      | 24.01           |      | 1                |
| Экстренная реанимационная помощь                                                         | 03.02.          |      | 1                |
| Основные неинфекционные заболевания                                                      | 10.02           |      | 1                |
| Здоровье человека                                                                        | 17.02           |      | 1                |
| Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья                      | 24.02           |      | 1                |
| Факторы риска во внешней среде и их влияние на здоровье человека                         | 01.03.          |      | 1                |
| Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды                                            | 16.03           |      | 1                |
| Гигиена питания и воды                                                                   | 23.03           |      | 1                |

Пронумерована и пронумерована  
в страници

Директор школе Б.Ховалыг Б.Л.  
2023г.



| №  | Имя | Фамилия | Отчество | Дата |
|----|-----|---------|----------|------|
| 1  | ... | ...     | ...      | ...  |
| 2  | ... | ...     | ...      | ...  |
| 3  | ... | ...     | ...      | ...  |
| 4  | ... | ...     | ...      | ...  |
| 5  | ... | ...     | ...      | ...  |
| 6  | ... | ...     | ...      | ...  |
| 7  | ... | ...     | ...      | ...  |
| 8  | ... | ...     | ...      | ...  |
| 9  | ... | ...     | ...      | ...  |
| 10 | ... | ...     | ...      | ...  |