

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА» ПСТ. ЯКША

Рекомендована:
школьным методическим объединением
учителей естественно-научного цикла
Протокол №5 от 05 июня 2021г
Руководитель: Лызлова Л. А.

Утверждаю:
Директор МОУ «СОШ» пст. Якша
В. Н. Коданева
Приказ №188 от 05 июня 2021г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета
«Основы безопасности жизнедеятельности»
Основного общего образования
Срок реализации программы: 3 года

Составлена: Тофан Д.Б., учителем физической культуры

пст. Якша, 2021 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности для учащихся 5, 8, 9 классов разработана в соответствии с требованиями ФГОС к структуре и результатам освоения образовательных программ основного общего образования на основе следующих документов:

- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утв. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.10.2010 г. №1897 (с изменениями от: 29.12.2014 г. №1644));

- Примерной основной образовательной программы основного общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (Протокол заседания Федерального учебно-методического объединения по общему образованию от 08.04.2015 г. №1/15);

- Учебного плана МОУ «СОШ» пст. Якша;

- Основной образовательной программы основного общего образования МОУ «СОШ» пст. Якша.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности на уровне основного общего образования направлено на достижение следующих **целей**:

- усвоение учащимися правил безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- психологическая подготовка в области предупреждения чрезвычайных ситуаций в жизни и быту;
- умения правильно действовать при возникновении чрезвычайных ситуаций различного характера;
- понимание ими важности укрепления, сохранения и защиты своего здоровья как личной и общественной ценности;
- готовность и стремление учащихся к нравственному самосовершенствованию.

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ, ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА

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, потребности 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 работать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
- умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;
- формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

Предметные результаты:

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;
- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, их последствий для личности, общества и государства;
- знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Выпускник научится:

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при 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;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать 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;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отравлениях.

Выпускник получит возможность научиться:

- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
- оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при поражении электрическим током;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;

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

ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН, 5 класс (35 ч)

Наименование разделов, тем (с указанием кол-ва часов)	Основное содержание	Основные виды учебной деятельности
<p>Основы безопасности личности, общества и государства (12 ч)</p>	<p>Источники и зоны повышенной опасности в современном городе и их характеристика. Отличия горожан от сельских жителей с точки зрения безопасности жизни. Правила безопасного поведения в зонах повышенной опасности.</p> <p>Практическое задание №1. Нарисовать карту опасностей района. Путь от дома до школы.</p> <p>Государственные, муниципальные (городские) и районные специальные службы обеспечения безопасности. Правила вызова служб безопасности. Понятие о специальном сигнале оповещения «Внимание всем!». Правила поведения населения при оповещении об опасной или чрезвычайной ситуации по специальному сигналу «Внимание всем!».</p> <p>Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные опасные ситуации в доме (квартире) и их причины.</p> <p>Опасные факторы пожара, воздействующие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях, их последствия. Меры пожарной безопасности в быту.</p> <p>Правила безопасного поведения при пожаре в доме (квартире). Правила безопасной эвакуации из задымленного помещения. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру. Основные причины возгорания телевизора (электроприбора). Правила безопасного поведения при возгорании телевизора (электроприбора). Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.</p> <p>Водоснабжение дома (квартиры). Причины затопления и возможные последствия. Правила поведения при затоплении жилища и меры по его предотвращению.</p> <p>Опасность электрических и электронных приборов, используемых в быту. Последствия поражения электрическим током. Меры безопасности при обращении с электроприборами.</p>	<p>Знать: определения «безопасность»; «опасная ситуация»; «экстремальная ситуация»; «чрезвычайная ситуация».</p> <p>Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в повседневной жизни.</p> <p>Знать: об организации защиты населения от чрезвычайных ситуаций.</p> <p>Владеть навыками: поведения в чрезвычайных ситуациях по сигналу «Внимание всем!».</p> <p>Знать: опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).</p> <p>Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в быту.</p> <p>Знать: опасные факторы и причины пожаров.</p> <p>Использовать: полученные знания для обеспечения личной безопасности в повседневной жизни.</p> <p>Знать: Правила безопасного поведения при пожаре, средства пожаротушения и правила пользования ими.</p> <p>Владеть навыками: поведения при пожаре в здании.</p> <p>Уметь: использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания.</p>

	<p>Понятие о средствах бытовой химии. Действие препаратов бытовой химии на организм человека. Правила пользования средствами бытовой химии. Опасность лекарственных средств и меры безопасности при их использовании. Бытовой газ и его опасность. Правила пользования бытовым газом. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире. Опасность продуктов питания. Меры по предотвращению пищевых отравлений.</p> <p>Причины взрывов и обрушений в жилых домах. Правила безопасного поведения при возникновении взрыва в доме (квартире) и обрушении дома.</p> <p>Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи). Правила предотвращения таких ситуаций. Меры безопасности при потере ключей от дома (квартиры).</p> <p>Опасность толпы. Как уцелеть в толпе. Правила безопасного поведения при попадании в толпу в местах массового скопления людей (на дискотеке.)</p> <p>Безопасное поведение с животными. Правила предосторожности при встрече с собаками. Правила поведения при нападении собаки.</p>	<p>Знать: возможные причины и правила поведения при затоплении жилища.</p> <p>Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения безопасности жилища.</p> <p>Знать: правила безопасного использования электрических приборов.</p> <p>Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.</p> <p>Знать: Правила пользования средствами бытовой химии и бытовым газом.</p> <p>Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.</p> <p>Знать: причины взрывов и обрушений домов.</p> <p>Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.</p> <p>Знать: правила безопасного поведения в нестандартных ситуациях.</p> <p>Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.</p> <p>Знать: правила безопасного поведения при попадании в толпу в местах массового скопления людей.</p> <p>Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.</p> <p>Знать: правила безопасного поведения с животными.</p> <p>Владеть навыками: навыками безопасного поведения с животными.</p>
Безопасность на	Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры,	Знать: основные положения Правил

<p>дорогах и транспорте (6 ч)</p>	<p>водители. Основные причины дорожно-транспортных происшествий. Дорога и ее составные части. Дорожная разметка и дорожные знаки, их характеристика. Сигналы светофора и регулировщика.</p> <p>Понятие о пешеходах и пассажирах. Правила безопасного движения пешеходов по дорогам. Правила перехода проезжей части пешеходами. Правила поведения пассажира автобуса (троллейбуса, трамвая). Правила поведения пассажира легкового автомобиля. Правила поведения пассажира мотоцикла.</p> <p>Краткая характеристика современных видов транспорта (автомобиль, автобус, трамвай, троллейбус, метро). Правила безопасного поведения при аварийных ситуациях на городском общественном транспорте. Правила безопасного поведения пассажира автомобиля: при неизбежном столкновении, при падении автомобиля в воду. Причины опасных и аварийных ситуаций в метрополитене. Зоны опасности в метро и их характеристики. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных ситуациях.</p> <p>Источники опасности и опасные зоны на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения пассажиров: при крушении поезда, при пожаре в поезде.</p> <p>Характеристика авиационного транспорта. Правила поведения авиапассажиров в салоне самолета. Правила безопасного поведения авиапассажиров: при аварийной посадке, при разгерметизации салона, при пожаре в самолете, при аварийной посадке на воду.</p> <p>Характеристика водного транспорта. Индивидуальные и групповые средства спасения на морском и речном транспорте. Правила пользования спасательным жилетом. Действия пассажиров при аварийных ситуациях и эвакуации с судна. Правила посадки на спасательное средство. Что делать, если человек упал за борт судна.</p>	<p>дорожного движения.</p> <p>Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.</p> <p>Знать: обязанности пешехода.</p> <p>Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.</p> <p>Знать: правила поведения пассажиров.</p> <p>Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.</p> <p>Знать: правила безопасного поведения при аварийных ситуациях в автобусе, троллейбусе, автомобиле и метро.</p> <p>Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.</p> <p>Знать: правила безопасного поведения пассажиров железнодорожного транспорта.</p> <p>Использовать: приобретенные знания для соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в транспорте.</p> <p>Знать: правила безопасного поведения пассажиров авиационного транспорта.</p> <p>Использовать: приобретенные знания для соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в транспорте.</p> <p>Знать: правила безопасного поведения на воде и безопасного поведения пассажиров водного транспорта.</p> <p>Уметь: оказывать помощь терпящим бедствие на воде.</p>
--	--	---

		<p>Использовать: приобретенные знания для соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в транспорте.</p>
<p>Опасные ситуации социального характера (5 ч)</p>	<p>Язык жестов — важное оружие самозащиты. Основные психологические качества уверенного в себе человека. Психологические рекомендации по преодолению страха и способам самозащиты в опасных ситуациях криминогенного характера. Меры по повышению безопасности дома (квартиры). Что не рекомендуется делать, находясь дома без взрослых. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций в доме (квартире); звонок в дверь, дверь квартиры пытаются открыть, вы вернулись из школы, а дверь квартиры открыта. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций: перед подъездом, в подъезде дома, в лифте, на лестничной площадке. Зоны криминогенной опасности в городе (населенном пункте). Правила безопасного поведения с незнакомым человеком. Правила обеспечения личной безопасности в повседневной жизни. Как предотвратить опасные домогательства. Понятие о заложнике. Меры личной безопасности по предотвращению захвата в заложники. Рекомендации по безопасному поведению при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в заложники в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.</p>	<p>Знать: правила преодоления страха в опасных ситуациях криминогенного характера. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности. Знать: правила безопасного поведения в криминогенных ситуациях. Владеть навыками: поведения в криминогенных ситуациях. Использовать: полученные знания в повседневной жизни для обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи. Знать правила безопасного поведения при захвате в заложники. Использовать приобретенные знания в повседневной жизни для безопасного поведения при угрозе террористического акта; для обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.</p>
<p>Загрязнения среды обитания (2 ч)</p>	<p>Загрязнение воды. Роль воды в жизнедеятельности человека. Требования к питьевой воде. Способы очистки водопроводной воды в домашних условиях. Загрязнение воздуха. Общие сведения об атмосфере. Состав воздуха, которым мы дышим. Причины загрязнения воздуха. Рекомендации по предотвращению загрязнения воздуха в местах проживания. Загрязнение почвы. Роль почвы в жизнедеятельности человека. Причины загрязнения почвы и их последствия. Вредные вещества, накапливающиеся в почве в результате промышленных выбросов.</p>	<p>Знать: требования к питьевой воде. Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности. Знать: причины загрязнения воздуха и почвы.</p>

	Возбудители инфекционных заболеваний, обитающие в почве.	
Средства индивидуально й защиты органов дыхания (2 ч)	Фильтрующие противогазы. Предназначение и принцип защитного действия фильтрующих противогазов. Гражданские противогазы ГП-7 и ГП-7В, устройство и правила пользования. Детский противогаз ПДФ-2Ш, устройство и правила пользования. Правила подбора противогаза, определение размера (роста) шлем-маски, подготовка противогаза к работе. Пользование противогазом. Переноска противогаза. Положения противогаза: походное, наготове, боевое. Перевод противогаза в боевое положение. Практическая отработка упражнения по надеванию противогаза.	Знать: назначение и устройство гражданских и детских противогазов. Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности. Владеть навыками: поведения в криминогенных ситуациях. Получают практические навыки пользования противогазом
Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (3 ч)	Понятие о ране. Общие признаки ранений. Общие правила оказания первой помощи при незначительных открытых ранах. Наружное и внутреннее кровотечения. Венозное кровотечение и его характеристика. Артериальное кровотечение и его характеристика. Смешанные кровотечения и их характеристика. Капиллярное кровотечение и его особенности. Способы временной остановки кровотечения. Остановка кровотечения путем пальцевого прижатия артерий. Особенности и правила остановки кровотечения путем наложения жгута. Остановка кровотечения путем наложения давящей повязки. Остановка кровотечения путем максимального сгибания конечности. Остановка кровотечения путем придания поврежденной конечности приподнятого положения. Первая помощь при кровотечении из носа.	Знать: основные виды ранений, их причины и правила оказания первой помощи. Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности. Знать: виды кровотечений и их особенности, способы остановки кровотечений. Уметь: останавливать кровотечения, применяя различные способы в зависимости от вида кровотечения и места травмы.
Основы здорового образа жизни (5 ч)	Роль двигательной активности для укрепления здоровья. Понятие об опорно-двигательном аппарате и его развитии. Опорно-двигательный аппарат как генератор двигательной активности. Избыток и недостаток движения (гиподинамия) — причина некоторых заболеваний человека. Понятие об осанке. Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика нарушений осанки. Воздействие излучений телевизора и компьютера на организм человека. Правила просмотра телепередач. Правила безопасности при работе на персональном компьютере. Понятие о детском и подростковом возрасте. Развитие организма в детском возрасте. Характеристика факторов, влияющих на развитие и изменение организма в подростковом возрасте. Активность сальных и потовых желез в подростковом возрасте. Гигиенические мероприятия	Знать: о роли двигательной активности для укрепления здоровья. Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности. Знать: причины и последствия нарушения осанки. Использовать полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности. Знать: о воздействии излучений телевизора и компьютера на организм человека. Уметь: соблюдать правила

	<p>по уходу за сальными и потовыми железами. Появление новой жизни. Ответственность за сохранение своего здоровья в подростковом возрасте. Физическое взросление мальчиков и девочек, особенности их взаимоотношений.</p>	<p>безопасности при просмотре телепередач и при использовании компьютером</p> <p>Знать: гигиенические мероприятия по уходу за сальными и потовыми железами.</p> <p>Формируют у себя потребность в соблюдении норм здорового образа жизни как способа укрепления и сохранения здоровья</p>
--	---	---

Содержание учебного предмета основы безопасности жизнедеятельности, 8 КЛАСС (36 Ч)

Наименование разделов, тем (с указанием кол-ва часов)	Основное содержание	Основные виды учебной деятельности
<p>Основы безопасности личности, общества и государства (28ч)</p>	<p>Понятие об аварии, производственной и транспортной катастрофе, чрезвычайной ситуации техногенного характера. Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера по масштабу распространения и тяжести последствий. Типы чрезвычайных ситуаций техногенного характера, их классификация и характеристика (транспортные аварии, аварии с выбросом биологически опасных веществ, аварии на электроэнергетических и коммунальных системах, обрушения зданий и сооружений и др.). Понятие о потенциально опасном объекте. Основные причины аварий и катастроф техногенного характера. Обеспечение личной безопасности при чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Заблаговременные меры по предупреждению и защите от чрезвычайных ситуаций.</p> <p>Взрывы и пожары (6ч). Взрывы и пожары. Из истории катастроф.</p> <p>Наиболее распространенные причины пожаров и взрывов на промышленных предприятиях, транспорте, в складских помещениях. Понятие о пожаро- и взрывоопасных объектах. Виды аварий на пожаро- и взрывоопасных объектах.</p> <p>Общие сведения о взрыве и пожаре. Понятие о взрыве. Характеристика взрывов, их причины и последствия. Зоны действия взрыва. Действие взрыва на здания, сооружения, оборудование, степени разрушения.</p>	<p>Получают представление о производственных и транспортных авариях и катастрофах, классификации чрезвычайных ситуаций техногенного характера</p> <p>Изучают и анализируют опасности и причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера.</p> <p>Приобретают знания о мерах по предупреждению и защите от чрезвычайных ситуаций техногенного характера</p> <p>Получают представление о причинах и видах аварий на пожаро- и взрывоопасных объектах. Получают представление о взрыве, пожаре, процессе горения.</p> <p>Узнают о классификации пожаров, условиях и видах их распространения</p> <p>Изучают причины взрывов и пожаров в жилых и общественных зданиях, на промышленных предприятиях</p> <p>Просматривают видео по теме. Анализируют причины взрывов и пожаров в жилых и общественных зданиях, на промышленных предприятиях</p> <p>Изучают и анализируют воздействие на людей опасных факторов и поражающих факторов взрыва и</p>

	<p>Понятие о пожаре и горении. Условия для протекания процесса горения. Классификация веществ и материалов по группам возгораемости.</p> <p>Классификация пожаров. Виды пожаров по внешним признакам горения и месту возникновения.</p> <p>Классификация пожаров по масштабам интенсивности и времени прибытия первых пожарных подразделений.</p> <p>Стадии развития пожара. Линейное и объемное распространение пожара.</p> <p>Причины пожаров и взрывов, их последствия.</p> <p>Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях, на промышленных и взрывоопасных предприятиях. Основные причины взрывов в жилых домах и связанных с ними пожаров.</p> <p>Террористическая деятельность как причина взрыва.</p> <p>Последствия взрывов и пожаров на объектах экономики и в жилых зданиях.</p> <p>Опасные факторы пожаров и поражающие факторы взрывов. Основные поражающие факторы пожара: открытый огонь и искры, повышенная температура окружающей среды, токсичные продукты горения и др.</p> <p>Вторичные факторы поражения пожара. Основные и вторичные поражающие факторы взрывов. Поражения людей при взрывах.</p> <p>Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах. Правила безопасного поведения при пожаре в здании, при опасной концентрации дыма и повышении температуры. Действия по спасению пострадавших из горящего здания, после взрыва. Правила безопасного поведения в случае взрыва. Действия по спасению из завала. Тушение на человеке одежды.</p> <p>Пожары и паника. Понятие о панике. Опасность паники в чрезвычайных ситуациях. Механизм панического бегства, движение людей при вынужденной эвакуации.</p> <p>Правила безопасного поведения при панике во время</p>	<p>пожара</p> <p>Изучают правила безопасного поведения при пожарах и взрывах, применения первичных средств пожаротушения</p> <p>Изучают и тренируются правильно действовать при возникновении паники во время пожара</p> <p>Получают представление об аварийно химически опасных веществах, химически опасных объектах и химических авариях.</p> <p>Изучают классификацию АХОВ в зависимости от воздействия на организм человека и характеристики распространенных АХОВ</p> <p>Узнают о причинах и последствиях химических аварий. Получают представление об очаге и зоне химического заражения, стойкости АХОВ.</p> <p>Изучают основные способы защиты населения от АХОВ.</p> <p>Учатся изготавливать ватно-марлевые повязки, проводить герметизацию помещений. Учатся правильно действовать при авариях с выбросом АХОВ</p> <p>Получают представление о радиоактивном излучении, о естественных и искусственных источниках этого излучения, дозах облучения людей, внешнем и внутреннем облучении, путях попадания радиоактивных веществ в организм человека</p>
--	---	--

	<p>пожара в общественном месте. Меры по предотвращению паники.</p> <p>Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ. Из истории химических аварий.</p> <p>Виды аварий на химически опасных объектах.</p> <p>Понятие об опасном химическом веществе, химически опасном объекте, химической аварии. Классификация промышленных объектов, городов, городских и сельских районов, областей, краев и республик по степени химической опасности.</p> <p>Аварийно химически опасные вещества и их поражающее действие на организм человека.</p> <p>Классификация опасности веществ по степени воздействия на организм человека. Понятие об аварийно химически опасном веществе. Наиболее распространенные аварийно химически опасные вещества (хлор, аммиак, фосген и др.), характеристика, воздействие на человека, меры по предотвращению отравления и оказанию первой помощи.</p> <p>Причины и последствия аварий на химически опасных объектах. Причины химических аварий и их возможные последствия. Понятие об очаге химического поражения и зонах химического заражения.</p> <p>Характеристика зон химического поражения, их глубина и форма. Стойкость аварийно химически опасных веществ.</p> <p>Защита населения от аварийно химически опасных веществ. Основные способы защиты населения от аварийно химически опасных веществ. Принципы работы системы оповещения. Использование средств индивидуальной защиты органов дыхания. Защитные свойства гражданских противогазов. Изготовление ватно-марлевой повязки. Укрытие людей в защитных сооружениях и последовательность герметизации помещений. Организация эвакуации населения.</p>	<p>Получают представление о радиационно опасных объектах, классификации и причинах аварий на этих объектах, зонах радиоактивного заражения местности</p> <p>Изучают виды радиационного воздействия на людей и животных и их последствия.</p> <p>Учатся правильно действовать при авариях на радиационно опасных объектах. Изучают правила безопасного поведения при проживании на загрязненной местности.</p> <p>Получают представление о гидродинамически опасных объектах и гидродинамических авариях, их классификации, причинах, поражающих факторах и последствиях</p> <p>Изучают меры по уменьшению потерь от гидродинамических аварий.</p> <p>Учатся правильно действовать при внезапном затоплении и после схода воды</p> <p>Получают представление об автомобильных авариях и катастрофах, их главных причинах</p> <p>Изучают правила безопасного поведения на дорогах велосипедистов и водителей мопедов</p> <p>Изучают предназначение дорожных знаков</p> <p>Учатся распознавать дорожные знаки и следовать им</p> <p>Изучают правила безопасного поведения на дороге</p>
--	---	--

<p>Правила безопасного поведения при авариях с выбросом аварийно химически опасных веществ. Меры предосторожности, действия в случае оповещения об аварии и правила движения по зараженной местности. Правила безопасного поведения после выхода из зоны заражения. Действия при подозрении на поражение аварийно химически опасными веществами. Аварии с выбросом радиоактивных веществ. Аварии с выбросом радиоактивных веществ. Из истории радиационных аварий.</p> <p>Радиация вокруг нас. Понятие об ионизирующем излучении и его влияние на человека. Виды ионизирующего излучения (альфа-, бета- и гамма-излучения) и их характеристика. Измерение дозы облучения. Естественные и искусственные источники ионизирующего излучения. Внешнее и внутреннее облучение человека. Дозы облучения от различных источников излучения.</p> <p>Аварии на радиационно опасных объектах. Понятие о радиационно опасном объекте. Классификация аварий с выбросом радиоактивных веществ и их причины. Деление районов радиоактивного заражения на зоны. Четыре фазы аварии на радиационно опасном объекте и их характеристика.</p> <p>Последствия радиационных аварий. Специфические свойства радиоактивных веществ. Понятие о периоде полураспада. Радиоактивное загрязнение местности. Виды радиационного воздействия на людей и животных и их последствия. Понятие о радиочувствительности органов человека, их классификация по этому признаку и установленные для них значения основных дозовых пределов. Определение допустимых доз облучения. Последствия однократного и многократного облучения. Допустимые значения заражения продуктов питания и воды.</p>	<p>при катании на роликах</p> <p>Получают представление о негативном влиянии деятельности человека на окружающую среду, источниках загрязнения биосферы, чрезвычайных ситуациях экологического характера и их классификации</p> <p>Узнают об источниках и причинах загрязнения атмосферы. Узнают о причинах ухудшения качества пресных вод. Получают представление о сточных водах и их классификации. Узнают о причинах деградации земель. Получают представление о промышленных, бытовых, твердых и жидких отходах. Получают представление о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве, нормах качества атмосферы, воды и почвы. Изучают меры безопасности при нахождении на территории с неблагоприятными экологическими условиями</p>
---	--

Защита от радиационных аварий. Меры предосторожности, принимаемые проживающими вблизи от радиационно опасных объектов людьми. Действия в случае поступления сигнала об аварии на радиационно опасном объекте (подготовка к эвакуации, действия при отсутствии убежища и средств защиты). Режим поведения при проживании на загрязненной местности. Комплекс мер по защите населения: режим радиационной защиты, использование средств индивидуальной защиты, проведение йодной профилактики, радиометрический контроль продуктов питания.

Гидродинамические аварии. Из истории гидродинамических аварий.

Аварии на гидродинамических опасных объектах, их причины и последствия. Классификация гидродинамических аварий. Затопление как следствие гидродинамической аварии. Понятие о зоне затопления, зоне катастрофического затопления и их характеристика. Классификация гидродинамических опасных объектов, основные причины аварий на них. Поражающие факторы и последствия гидродинамических аварий.

Защита от гидродинамических аварий. Мероприятия по уменьшению последствий аварий на гидродинамических опасных объектах. Основные меры по защите населения. Правила безопасного поведения при авариях на гидродинамических опасных объектах.

В связи с ростом дорожно-транспортных происшествий (ДТП) на дорогах Республики Коми изучение правил дорожного движения (ПДД) проходит на уроках ОБЖ.

Чрезвычайные ситуации на транспорте **Автомобильные аварии и катастрофы.** Автомобильные аварии и катастрофы и их основные причины. Автомобиль как источник опасности на дороге. Безопасное поведение на

дорогах.

Безопасное поведение на дорогах велосипедистов и водителей мопедов. Правила движения по проезжей части на велосипедах и мопедах. Сигналы поворота и торможения. Запрещенные для водителей велосипедов и мопедов действия на дороге. Из истории транспортных аварий.

Состояние природной среды и жизнедеятельность человека. Антропогенные изменения в природе: преднамеренные преобразования и попутные изменения. Формы воздействия человека на биосферу. Понятие о чрезвычайной ситуации экологического характера, их классификация. Источники загрязнения окружающей среды и их классификация. Понятие о токсичности. Экологические последствия хозяйственной деятельности человека.

Изменение состава атмосферы (воздушной среды). Функции воздушной среды. Зависимость климата от прозрачности атмосферы. Влияние хозяйственной деятельности человека на воздушную среду. Опасные явления, связанные с изменением состава атмосферы: парниковый эффект, разрушение озонового экрана, кислотные осадки. Основные источники загрязнения воздушной среды вредными веществами. Меры по улучшению ситуации.

Изменение состояния гидросферы (водной среды). Значение воды для жизни на Земле. Физико-химические свойства питьевой воды. Причины ухудшения качества пресных природных вод. Понятие о сточных водах. Классификация и характеристика сточных вод. Отрицательная динамика состояния питьевой воды.

Изменение состояния суши (почвы). Функции и значение почвы. Основные причины сокращения сельскохозяйственных угодий. Причины опасного влияния почвы на здоровье человека. Опасность,

	<p>исходящая из почвенных покровов в связи с широким применением пестицидов. Деградация почвы и ее причины. Классификация отходов и их влияние на загрязнение почвы.</p> <p>Нормативы предельно допустимых воздействий на природу. Понятие о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве. Нормы качества воздуха, воды и почвы. Правила поведения для уменьшения влияния на здоровье вредных экологических факторов.</p>	
<p>Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (8ч)</p>	<p>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи</p> <p>Первая помощь при массовых поражениях. Основные факторы поражения людей при чрезвычайных ситуациях. Главная задача и основная цель первой помощи. Мероприятия первой помощи при массовых поражениях.</p> <p>Первая помощь при поражении аварийно химически опасными веществами. Воздействие химических веществ на организм человека. Пути попадания ядовитых веществ в организм человека: через органы дыхания, через желудочно-кишечный тракт, через кожу. Наиболее характерные и общие признаки химического отравления. Общие правила оказания первой помощи при поражении аварийно химически опасными веществами: удушающего действия; общедовитого действия; удушающего и общедовитого действия; нейротропного действия; удушающего и нейротропного действия. Первая помощь при поражении метаболическими ядами; при отравлении соединениями тяжелых металлов и мышьяка; при ожогах химическими веществами.</p> <p>Первая помощь при бытовых отравлениях. (2ч) Признаки отравления средствами бытовой химии (инсектицидами, уксусной эссенцией, перекисью водорода и др.) и оказание первой помощи. Причины,</p>	<p>Получают представление о целях, задачах и мероприятиях первой помощи пострадавшим при массовых поражениях</p> <p>Изучают правила оказания первой помощи при отравлении АХОВ.</p> <p>Изучают правила оказания первой помощи при отравлении АХОВ. Учатся оказывать первую помощь при ожогах кислотой и щелочью</p> <p>Учатся оказывать первую помощь при отравлении минеральными удобрениями и другими химикатами</p> <p>Учатся развивать у себя физические качества, необходимые для хорошей физической формы.</p> <p>Получают представление о принципах и методике закаливания. Учатся выполнять закаливающие процедуры, используя факторы окружающей среды</p> <p>Получают представление о браке и семье, правах и обязанностях супругов</p>

последствия и признаки отравления минеральными удобрениями. Оказание первой помощи при первых признаках отравления минеральными удобрениями (при отравлении через органы пищеварения, дыхательные пути, глаза и кожу).

Основы здорового образа жизни

Физическая культура и закаливание. Влияние физических упражнений на развитие растущего организма. Развитие необходимых физических качеств. Составляющие хорошей физической формы. Пути развития сердечно-дыхательной выносливости, мышечной силы, гибкости и скоростных качеств.

Понятие о закаливании. Роль закаливания в профилактике простудных заболеваний. Принципы закаливания. Факторы окружающей среды, применяемые для закаливания организма: воздушные и солнечные ванны, закаливание водой.

Семья в современном обществе. Роль и задачи семьи в современном обществе. Создание семьи путем заключения брака. Понятие о законном браке. Права и обязанности супругов. Пути достижения взаимопонимания в семье.

Итоговая контрольная работа за курс 8 класса

Содержание учебного предмета основы безопасности жизнедеятельности, 9 КЛАСС (34 Ч)

Наименование разделов, тем (с указанием кол-ва часов)	Основное содержание	Основные виды учебной деятельности
<p>Основы безопасности личности, общества, государства (14ч)</p>	<p>Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства. Структура законодательства в сфере безопасности и защиты от чрезвычайных ситуаций. Краткое содержание основных правовых актов.</p> <p>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.</p> <p>Международный терроризм как угроза национальной безопасности. Понятие о терроризме. Цели террористических организаций. Типы терроризма и экстремизма и их характеристика. Основные направления международного сотрудничества в сфере антитеррористической деятельности. Правовая основа</p>	<p>Изучают основные права в области обеспечения безопасности личности. Общества, государства. Учатся применять свои знания в различных ситуациях, связанных с угрозой личной безопасности. Формируют представление о внешних и внутренних угрозах национальной безопасности России. Формируют представление о понятии международный терроризм, о правилах поведения при угрозе террористического акта. Формируют представление о понятии Наркотизм, наркотическая зависимость, влияние наркотиков на организм человека</p>

	<p>антитеррористической деятельности в России.</p> <p>Наркотизм и национальная безопасность. Понятие о наркотизме, наркомании, токсикомании. Социальная опасность наркотизма.</p> <p>Правовая основа государственной политики в сфере оборота наркотических и психотропных веществ.</p> <p><i>Практическая работа 1. На территории Республики Коми возможны, различны ЧС природного, техногенного характера, в связи с этим очень важно знать какие организации существуют для предупреждения и ликвидации ЧС. Каким образом необходимо действовать населению, где расположены безопасные районы для эвакуации.</i></p> <p>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.</p> <p>Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)</p> <p>Цели, задачи и структура РСЧС. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) и причины ее создания. Цели, задачи и структура РСЧС.</p> <p>Координационные органы РСЧС и их характеристика.</p> <p>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.</p> <p>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</p>	<p>Формируют представление о понятии гражданская оборона, об истории создания гражданской обороны.</p> <p>Формируют представление о Единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), о ее целях и задачах РСЧС. Изучают режимы функционирования РСЧС. Учатся правильно эвакуироваться из здания в различных ЧС, пользоваться СИЗ органов дыхания.</p> <p>Формируют представление об основных документах МГП.</p> <p>Формируют представление о том, какая категория лиц находится по защите МГП.</p> <p>Формируют представление о понятии представление о том, какая категория лиц находится по защите МГП, об ответственности за нарушение норм МГП. Формируют представление о том, какая категория лиц находится по защитой МГП.</p> <p>Формируют представление о понятии преступление; изучают возраст наступления уголовной ответственности несовершеннолетних; виды наказаний для несовершеннолетних. Изучают виды мошенничества. Учатся избегать мошенников. Учатся соблюдать правила поведения, для того, чтобы не стать жертвой насильника; правила поведения в случае нападения преступника. Учатся оказывать</p>
--	---	---

	<p>международного гуманитарного права. Действия, нарушающие нормы международного гуманитарного права, и ответственность за их совершение.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Безопасное поведение в криминогенных ситуациях</p> <p>Защита от мошенников. Понятие о мошенничестве, обмане, злоупотреблении доверием. Распространенные способы мошенничества. Правила безопасного поведения, если вы подозреваете, что являетесь объектом мошенничества.</p> <p>Безопасное поведение девушек. Понятие о преступлениях на сексуальной почве. Безопасное поведение девушек при столкновении с молодыми и взрослыми хулиганами, уголовниками и лицами, находящимися в нетрезвом состоянии. Правила поведения девушки в обществе мужчины: в незнакомом месте; при возникновении угрозы или опасности насилия. Подручные средства самообороны и способы самозащиты. Наиболее уязвимые части тела.</p> <p>Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтных ситуаций. Самооценка</p>	<p>сопротивление. Изучают правила поведения при встрече с хулиганом. Учатся не провоцировать преступников.</p>
--	--	--

	<p>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.</p>	
<p>Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (20ч)</p>	<p>Профилактика травм в старшем школьном возрасте</p> <p>Причины травматизма и пути их предотвращения. Понятие о травматизме. Основные причины травматизма и виды травм в школьном возрасте. Меры по предотвращению различных видов травм.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>Основы медицинских знаний</p> <p>Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика. Понятие о ране. Виды ран. Понятие об антисептике и ее виды. Основные антисептические средства и порядок их применения. Понятие об асептике. Предупреждение инфицирования ран с помощью асептических средств.</p> <p>Травмы головы, позвоночника и спины. Причины травм головы и позвоночника. Признаки и симптомы травм головы и позвоночника; первая помощь при них. Сотрясение головного мозга: признаки и</p>	<p>Изучают травмы, характерные для подростков старшего школьного возраста. Формируют представление о способах предотвращения травм характерных для подростков старшего школьного возраста. Изучают правила поведения в домашних условиях, на улице, в школе. Формируют представление о правилах поведения на занятиях физкультурой и спортом, правила выживания пешеходов. Учатся правила дорожного движения для пешеходов.</p> <p>Формируют представление об антисептике и асептике. Изучают применение антисептических средств: перекись водорода, марганцовка, зеленка, йод. Учатся накладывать асептическую повязку. Изучают признаки и симптомы травм головы и позвоночника; сотрясения головного мозга; повреждения спины. Учатся оказывать первую помощь при травмах головы, позвоночника, сотрясении головного мозга, повреждении спины. Изучают признаки клинической смерти. Учатся определять признаки клинической смерти. Формируют навыки нанесения прекардиального удара в область грудины, учатся</p>

	<p>симптомы; первая помощь. Признаки и симптомы повреждения спины. Предупреждение повреждения спины и первая помощь при болях.</p> <p>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.</p> <p>Основные неинфекционные заболевания. Характеристика наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваний. Причины неинфекционных заболеваний и доступные меры их профилактики.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p> <p>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.</p>	<p>приемам реанимации. Изучают основные неинфекционные заболевания, меры профилактики. Учатся определять заболевание по характерным симптомам. Формируют представление о понятии составляющих здоровья, о характеристиках групп здоровья. Изучают способы укрепления и улучшения здоровья.</p> <p>Знать гигиенические нормы вода. Уметь ухаживать за кожей. Следить за одеждой. Формируют представление о понятии гигиенические нормы питания. Учатся очищать воду в домашних условиях. Формируют представление о гигиенических требования к температуре, освещению и влажности в доме.</p> <p>Формируют представление физиологических и психологических особенности организма подростка. Формируют представление о понятии о роли семьи в обществе, представление о «ловушках влюбленности» и правилах их избегания. Формируют представление о допустимых приемах управления конфликтом. Учатся слушать, правильно вести себя в конфликтной ситуации, снимать эмоциональное напряжение. Формируют представление о причины суицида. Формируют представление о различных способах решения</p>
--	---	--

	<p>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.</p> <p>Гигиена жилища и индивидуального строительства. Гигиена жилища. Микроклимат помещения. Нормы искусственной освещенности. Гигиена индивидуального строительства.</p> <p>Физиологические и психологические особенности организма подростка</p> <p>Физиологическое и психологическое развитие подростков. Особенности физиологического развития в период полового созревания. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья человека. Мероприятия, помогающие справиться с чувствами и эмоциями.</p> <p>Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции. Понятие о влюбленности. Рекомендации по снятию стресса, вызванного безответной любовью. Понятие о «ловушках влюбленности». Нежелательные мотивы вступления в сексуальные отношения.</p> <p>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.</p> <p>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.</p>	<p>эмоциональных проблем.</p> <p>Формируют представление о пагубном влиянии табакокурения на организм человека. Формируют представление о пагубном влиянии употребления алкоголя на организм человека. Учатся алгоритму оказания помощи при алкогольном отравлении. Формируют представление о понятии пагубном влиянии употребления наркотических веществ на организм человека. Изучают алгоритм оказания помощи при наркотическом отравлении. Учатся оказывать помощь при отравлении лекарственными препаратами. Формируют представление о понятии способах передачи ЗППП, способах защиты от ЗППП.</p>
--	---	--

	<p>Причины и признаки эмоционального неблагополучия человека. Угнетенное психическое состояние. Профилактика суицида. Факторы, разрушающие здоровье человека</p> <p>Употребление табака. Табакокурение и его последствия для здоровья курильщика и окружающих его людей. Стадии никотиновой зависимости. Как бросить курить.</p> <p>Употребление алкоголя. Алкоголь и его влияние на здоровье человека. Развитие алкоголизма. Профилактика употребления алкогольных напитков. Помощь при алкогольном отравлении.</p> <p>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.</p> <p>Заболевания, передающиеся половым путем. Опасность заболеваний, передающихся половым путем. Характеристика распространенных заболеваний, передающихся половым путем, и их негативное влияние на здоровье человека.</p> <p>Итоговая контрольная работа за курс 9 класса</p>	
--	--	--