

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Калининская основная общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНА  
Протокол педагогического  
совета  
от 29.08.2019 № 1

УТВЕРЖДЕНА  
приказом  
МБОУ «Калининская ООШ»  
от 29.08.2019 № 140

**Рабочая программа учебного предмета  
«Основы безопасности жизнедеятельности»  
(индивидуальное обучение)  
9 класс**

Составитель  
Силюнус Е.В.,  
учитель ОБЖ

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

### **Личностные результаты**

1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;

3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

9) формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;

10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера;

12) способность к социальной адаптации и интеграции в обществе.

### **Метапредметные результаты**

1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе

альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

3) умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;

5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

8) смысловое чтение;

9) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;

10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;

11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ- компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;

12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

13) владение навыками определения и исправления специфических ошибок (аграмматизмов) в письменной и устной речи

### **Предметные результаты**

1) формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

2) формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;

3) понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

4) 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;

5) понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества;

6) формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

7) формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;

8) понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для

полноценной жизни человека;

9) знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствий для личности, общества и государства;

10) знание и умение применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

11) умение оказать первую помощь пострадавшим;

12) умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;

13) умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

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

12. Достижение предметных и метапредметных результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования, необходимых для продолжения образования, является предметом итоговой оценки освоения обучающимися основной образовательной программы основного общего образования.

## **9 класс**

### **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. Подготовка граждан к защите отечества.

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

Наркотизм и национальная безопасность. Понятие о наркотизме, наркомании, токсикомании. 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 незнакомом 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 антисептике и ее виды. Основные антисептические средства и порядок их применения. Понятие об асептике. Предупреждение инфицирования ран с помощью асептических средств.

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

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 их 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 ОРГАНИЗМА ПОДРОСТКА**

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

Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции. Понятие о влюбленности. Рекомендации по снятию стресса, вызванного безответной любовью. Понятие «ловушки 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 возможности суицида. Зависимость числа суицидов от возраста и пола\* Суицид среди подростков и молодежи. Причины и признак 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 отравлении.

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

Заболевания, передающиеся половым путем. Опасности заболеваний, передающихся половым путем. Характерно тика распространенных заболеваний, передающихся половым путем, и их негативное влияние на здоровье человека.

### Тематическое планирование с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы

9 класс

| № п/п | Раздел/тема   | количество часов |
|-------|---|------------------|
| 1     | <b>Основы безопасности личности, общества и государства</b>   | <b>14</b>        |
| 2     | <i>Современный комплекс проблем безопасности</i>  | 5                |
| 3     | Организация Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) | 3                |
| 4     | Международное гуманитарное право  | 3                |
| 5     | Безопасное поведение в криминогенных ситуациях  | 3                |
| 6     | <b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи</b>                                   | <b>6</b>         |
| 7     | Профилактика травм в старшем школьном возрасте  | 3                |
| 4     | Основы медицинских знаний   | 3                |
| 5     | <b>Основы здорового образа жизни.</b>   | <b>14</b>        |
| 6     | Здоровье и здоровый образ жизни   | 3                |
| 7     | Личная гигиена  | 3                |
| 8     | Физиологические и психологические особенности организма подростка                                   | 4                |
| 8     | Факторы, разрушающие здоровье человека  | 4                |
|       | Итого   | 34               |

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Калининская основная общеобразовательная школа»

УТВЕРЖДЕНО  
приказом  
МБОУ «Калининская ООШ»  
от 29.08.2019г. № 140

**Календарно-тематическое планирование учебного предмета  
«Основы безопасности жизнедеятельности»  
(индивидуальное обучение)  
9 класс**

(приложение к рабочей программе учебного предмета  
«Основы безопасности жизнедеятельности» 9 класс)

Составитель  
Силонус Е.В.,  
учитель ОБЖ



| № п/п  | Тема урока. Форма контроля.                                       | Кол-во часов аудиторных | Дата | Кол-во часов на самост. изучен. |
|--|---|-------------------------|------|---------------------------------|
| <i>Основы безопасности личности, общества и государства</i>  |   | <b>14</b>               |      |                                 |
| <b>СОВРЕМЕННЫЙ КОМПЛЕКС ПРОБЛЕМ БЕЗОПАСНОСТИ</b>   |   | 5                       |      |                                 |
| 1  | Правовые основы безопасности личности, общества и государства     |                         |      | 1                               |
| 2  | Угрозы национальной безопасности.                                 | 1                       |      |                                 |
| 3  | Международный терроризм.  |                         |      | 1                               |
| 4  | Наркотизм и национальная безопасность.                            | 1                       |      |                                 |
| 5  | Гражданская оборона.  | 1                       |      |                                 |
| <b>ОРГАНИЗАЦИЯ ЕДИНОЙ ГОСУДАРСТВЕННОЙ СИСТЕМЫ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ И ЛИКВИДАЦИИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ (РСЧС)</b> |   | 3                       |      |                                 |
| 6-7  | Цели, задачи и структура РСЧС                                     |                         |      | 2                               |
| 8  | Режимы функционирования, силы и средства РСЧС. Тест.              | 1                       |      |                                 |
| <b>МЕЖДУНАРОДНОЕ ГУМАНИТАРНОЕ ПРАВО</b>  |   | 3                       |      |                                 |
| 9  | Международное гуманитарное право                                  |                         |      | 1                               |
| 10   | Защита раненых, больных   | 1                       |      |                                 |
| 11   | Защита военнопленных и гражданского населения.                    | 1                       |      |                                 |
| <b>БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ В КРИМИНОГЕННЫХ СИТУАЦИЯХ</b>  |   | 3                       |      |                                 |
| 12   | Защита от мошенников.   |                         |      | 1                               |
| 13   | Безопасность девушек.   |                         |      | 1                               |
| 14   | Психологические основы самозащиты в криминогенной ситуации.       | 1                       |      |                                 |
| <i>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи</i>  |   | 6                       |      |                                 |
| <b>ПРОФИЛАКТИКА ТРАВМ В СТАРШЕМ ШКОЛЬНОМ ВОЗРАСТЕ</b>  |   | 3                       |      |                                 |
| 15   | Причины травматизма.  | 1                       |      |                                 |
| 16   | Безопасное поведение дома и на улице.                             |                         |      | 1                               |
| 17   | Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом. |                         |      | 1                               |
| <b>ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ</b>   |   | 3                       |      |                                 |
| 18   | Профилактика осложненных травм. Асептика, антисептика.            |                         |      | 1                               |

|  |   |           |  |   |
|--|---|-----------|--|---|
| 19   | Травмы головы, позвоночника и спины.                  |           |  | 1 |
| 20   | Экстремальная реанимационная помощь                   |           |  | 1 |
| Основы здорового образа жизни.   |   | <b>14</b> |  |   |
| <b>ЗДОРОВЬЕ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ</b>                                   |   | <b>3</b>  |  |   |
| 21   | Здоровье человека.                                    | 1         |  |   |
| 22   | Современные методы оздоровления.                      |           |  | 1 |
| 23   | Факторы риска во внешней среде. Тест.                 |           |  | 1 |
| <b>ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА</b>  |   | <b>3</b>  |  |   |
| 24   | Гигиена кожи, одежды.                                 | 1         |  |   |
| 25   | Гигиена питания и воды.                               | 1         |  |   |
| 26   | Гигиена жилища.                                       | 1         |  |   |
| <b>ФИЗИОЛОГИЧЕСКИЕ И ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗМА ПОДРОСТКА</b> |   | <b>4</b>  |  |   |
| 27   | Физиологическое и психологическое развитие подростка. |           |  | 1 |
| 28   | Психологическая уравновешенность                      |           |  | 1 |
| 29   | Управление чувствами                                  | 1         |  |   |
| 30   | Суицидное поведение подростков.                       | 1         |  |   |
| <b>ФАКТОРЫ, РАЗРУШАЮЩИЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА</b>                            |   | <b>4</b>  |  |   |
| 31   | Употребление табака.                                  |           |  | 1 |
| 32   | Употребление алкоголя.                                | 1         |  |   |
| 33   | Наркомания и токсикомания.                            |           |  | 1 |
| 34   | Промежуточная аттестация                              | 1         |  |   |