

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Министерство образования Ярославской области**

**Департамент образования Администрации городского округа город**

**Рыбинск Ярославской области**

**СОШ № 26**

**РАССМОТРЕНО**

Руководитель МО

**СОГЛАСОВАНО**

Зам. директора по УВР

**УТВЕРЖДЕНО**

И. о. директора школы

---

Ю.А. Гришин  
Протокол №1  
от «28» августа 2023 г.

---

И.А. Иванова  
от «30» августа 2023 г.

---

А.О. Макарова  
Приказ № 01-03/119-03 от  
от «31» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**учебного предмета «Основы безопасности  
жизнедеятельности»**

для обучающихся 9 класса

**г. Рыбинск 2023**

## **Пояснительная записка.**

Цели и задачи обучения, УМК указаны в ООП ООО СОШ № 26  
УУД направленные на достижение результата определены в разделе ООП ООО СОШ № 26  
Тема и форма представления проектной и научно-исследовательской деятельности учащихся определяется по согласованию участников образовательного процесса на основании Положения о проектной деятельности учащихся в СОШ № 26.

### **ЦЕЛЬ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

Целью изучения учебного предмета ОБЖ на уровне основного общего образования является формирование у обучающихся базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности в соответствии с современными потребностями личности, общества и государства, что предполагает:

способность построения модели индивидуального безопасного поведения на основе понимания необходимости ведения здорового образа жизни, причин, механизмов возникновения и возможных последствий различных опасных и чрезвычайных ситуаций, знаний и умений применять необходимые средства и приемы рационального и безопасного поведения при их проявлении;  
сформированность активной жизненной позиции, осознанное понимание значимости личного безопасного поведения в интересах безопасности личности, общества и государства;  
знание и понимание роли государства и общества в решении задач обеспечения национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

### **МЕСТО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Изучение учебного предмета ОБЖ предусматривается в течение двух лет, в 8–9 классах, по 2 часа в неделю в 8 классе и по 1 часу в неделю в 9 классе. Всего на изучение предмета ОБЖ отводится 102 часов, из них 68 часов в 8 классе, 34 часа в 9 классе.

## **Содержание учебного предмета.**

### ***Модуль 1 «Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний»***

#### **Общие представления о здоровье.**

Смысл понятий «здоровье» и «здоровый образ жизни», их содержание и значение для человека. Факторы, влияющие на здоровье человека. Элементы здорового образа жизни. Ответственность за сохранения здоровья.

#### **Инфекционные заболевания.**

Понятие «инфекционные заболевания», причины их возникновения.

Механизм распространения инфекционных заболеваний, меры их профилактики и защиты от них.

Порядок действий при возникновении чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения (эпидемия, пандемия).

Мероприятия, проводимые государством по обеспечению безопасности населения при угрозе и во время чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения.

#### **Неинфекционные заболевания.**

Понятие «неинфекционные заболевания» и их классификация.

Факторы риска неинфекционных заболеваний.

Меры профилактики неинфекционных заболеваний и защиты от них.

Диспансеризация и ее задачи.

#### **Психическое здоровье и психологическое благополучие.**

Понятие «психическое здоровье» и «психологическое благополучие».  
Современные модели психического здоровья и здоровой личности.  
Стресс и его влияние на человека.  
Меры профилактики стресса, способы самоконтроля и саморегуляции эмоциональных состояний.

### **Первая помощь и самопомощь при неотложных состояниях.**

Понятие «первая помощь» и обязанность по ее оказанию.  
Универсальный алгоритм оказания первой помощи.  
Назначение и состав аптечки первой помощи.  
Порядок действий при оказании первой помощи в различных ситуациях.  
Приемы психологической поддержки пострадавшего.

## ***Модуль 2 «Безопасность в социуме»***

### **Общение – основа социального взаимодействия.**

Общение и его значение для человека.  
Способы организации эффективного и позитивного общения.  
Приемы и правила безопасной межличностной коммуникации и комфортного взаимодействия в группе.  
Признаки конструктивного и деструктивного общения, факторы и причины развития конфликта.

### **Конфликты в процессе общения.**

Понятие «конфликт» и стадии его развития.  
Условия и ситуации возникновения межличностных и групповых конфликтов.  
Безопасные и эффективные способы избегания и разрешения конфликтных ситуаций.  
Правила поведения для снижения риска конфликта, и порядок действий при его опасных проявлениях.  
Способ разрешения конфликта с помощью третьей стороны (модератора).

### **Манипуляция и способы противостоять ей.**

Манипуляции в ходе межличностного общения.  
Приемы распознавания манипуляций и способы противостояния ей.

### **Опасные проявления конфликтов и манипуляций. Действия в сложных ситуациях.**

Опасные формы проявления конфликта: агрессия, домашнее насилие и буллинг.  
Приемы распознавания противозаконных проявлений манипуляции (мошенничество, вымогательство, подстрекательство к действиям, которые могут причинить вред жизни и здоровью, и вовлечение в преступную, асоциальную или деструктивную деятельность) и способы защиты от них.

### **Безопасное поведение и современные увлечения молодежи.**

Современные молодежные увлечения и опасности, связанные с ними, правила безопасного поведения.  
Правила безопасной коммуникации с незнакомыми людьми.

## ***Модуль 3 «Безопасность в информационном пространстве»***

### **Безопасность в цифровой среде.**

Понятие «цифровая среда», ее характеристики и примеры информационных и компьютерных угроз.

Риски и угрозы при использовании Интернета.

Общие принципы безопасного поведения, необходимые для предупреждения возникновения сложных и опасных ситуаций в личном цифровом пространстве.

### **Опасные программы и явления цифровой среды.**

Опасные программы и приложения и их разновидности.

Опасные явления цифровой среды.

Правила кибергигиены, необходимые для предупреждения возникновения сложных и опасных ситуаций в цифровой среде.

### **Опасный контент и опасные люди.**

Основные виды опасного и запрещенного контента в Интернете и его признаки.

Приемы распознавания опасностей при использовании Интернета.

Правила цифрового поведения, необходимого для предотвращения рисков и угроз при использовании Интернета (кибербуллинга, вербовки в различные организации и группы).

### **Деструктивные течения и защита от них.**

Деструктивные течения в Интернете, их признаки и опасности.

Правила безопасного использования Интернета по предотвращению рисков и угроз вовлечения в различную деструктивную деятельность.

### **Безопасное поведение в информационном пространстве.**

Положительные возможности цифровой среды.

Противоправное поведение в Интернете.

Правила поведения в цифровой среде.

## ***Модуль 4 «Основы противодействия экстремизму и терроризму»***

### **Основы противодействия экстремизму.**

Понятие «экстремизм», его содержание, причины, возможные варианты проявления экстремизма и их последствия.

Роль государства, общества и личности в противодействии экстремизму.

Основы общественно-государственной системы противодействия экстремизму.

### **Основы противодействия терроризму.**

Понятие «терроризм», его содержание, причины, возможные варианты проявления терроризма и их последствия.

Цели и формы проявления террористических актов, их последствия.

Роль государства, общества и личности в противодействии терроризму.

Основы общественно-государственной системы противодействия терроризму.

Уровни террористической опасности.

Контртеррористическая операция и ее цели.

### **Роль личности в противодействии терроризму.**

Признаки вовлечения в террористическую деятельность.  
Правила антитеррористического поведения.

### **Основы контртеррористической безопасности.**

Основы контртеррористической безопасности.

Признаки угроз и подготовки различных форм терактов, правила безопасного поведения в условиях их совершения.

### **Правила поведения при совершении террористических актов.**

Порядок действий при совершении теракта (нападение террористов и попытка захвата заложников, попадание в заложники, огневой налет, наезд транспортного средства, подрыв взрывного устройства).

## ***Модуль 5 «Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения»***

### **Взаимодействие государства, общества, личности в обеспечении безопасности.**

Понятие «национальная безопасность» и ее содержание.

Факторы, от которых зависит состояние национальной безопасности.

### **Оборона страны.**

История развития армии в России.

Назначение и структура Вооруженных сил Российской Федерации.

Воинская обязанность и воинская служба.

Гражданская оборона.

Действия при сигнале «Внимание всем!».

### **Предупреждение и ликвидация чрезвычайных ситуаций различного характера.**

Понятие и классификация чрезвычайных ситуаций.

Правила поведения при химической аварии.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

### **Результаты обучения.**

#### **Выпускник 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 использованием 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;
- 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 карманной краже;

- 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;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести 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;
- определять состояния 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 отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

**Выпускник получит возможность научиться:**

- безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- готовиться к туристическим поездкам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;

- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при коме;
- 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.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов
1.	Здоровье и как его сохранить. Основы медицинских знаний	10
2.	Безопасность в социуме	7
3.	Безопасность в информационном пространстве	6
4.	Основы противодействия экстремизму и терроризму	7
5.	Взаимодействие личности, общества и государства в обеспечении безопасности жизни и здоровья населения	4
	Всего	34