

Аннотация к рабочей программа 7-9 классов ОБЖ

Пояснительная записка

Рабочая программа составлена на основе Фундаментального ядра содержания общего образования, требований к результатам основного общего образования, представленных Федеральном государственном стандарте общего образования второго поколения (2010 г.), Примерные программы по учебным предметам. Основы безопасности жизнедеятельности 7-9 классы. М., Просвещение, 2011 – Стандарты второго поколения. Программы общеобразовательных учреждений 7-9 классы, М.: «Просвещение».

В программе реализуется важнейшая цель обучения: развитие и воспитание у обучающихся понимания важности ОБЖ в современном мире и потребности пользоваться им как средством общения, познания, самореализации и социальной адаптации, воспитание качеств гражданина, патриота, развитие национального самосознания, стремления к взаимопониманию между людьми разных сообществ, толерантного отношения к проявлениям другой культуры, создание основы для формирования интереса к совершенствованию достигнутого уровня, к использованию знаний основ безопасности жизнедеятельности как средства, позволяющего расширять свои знания в других предметных областях.

Специфика программы заключается в: адекватности методического аппарата целям и традициям российской школы; соответствии структуры учебного материала модулей полной структуре психологической деятельности учащихся в процессе познавательной деятельности: мотивации, постановке цели, деятельности по достижению цели, самоконтроля, самооценки, самокоррекции, а также воспитательной и развивающей ценности материалов и широких возможностях для социализации учащихся.

Специфика программы заключается в организации материала, которая позволяет учителю: формировать способность к восприятию, интерпретации и критической оценке; тем самым, способствовать становлению личностного самосознания школьников.

Программа включает оптимальный объем теоретических сведений, тесно связанных с конкретными природными явлениями. Реализация программы предполагает максимальное вовлечение учащихся в самостоятельную творческую деятельность, разнообразную по форме и содержанию.

Новизной программы является активное использование Интернета в процессе деятельности не только в качестве источников информации, но и как средства развития интереса к изучению материала.

Главной организационной формой является работа в малых группах на уроках при котором ученик раскрывает не заметные на первый взгляд проблемы.

Учебник под редакцией А.Е.Смирнова и Б.О.Хренникова позволяет создавать и обогащать личность школьника. Задания и вопросы органично распределены по разнообразным рубрикам: «Основы комплексной безопасности», «Защита населения РФ от чрезвычайных ситуаций», «Противодействие терроризму и экстремизму», «Основы медицинских знаний».

Дидактической основой учебника является принцип доступности школьникам изучаемого материала.

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

- формирование духовно развитой личности, обладающей гуманистическим мировоззрением, национальным самосознанием и общероссийским гражданским сознанием, чувством патриотизма;
- развитие интеллектуальных и творческих способностей учащихся, необходимых для успешной социализации и самореализации личности;
- поэтапное, последовательное формирование умений анализировать и применять на практике полученные данные;
- овладение важнейшими общеучебными умениями и универсальными учебными действиями (формулировать цели деятельности, планировать ее, осуществлять библиографический поиск, находить и обрабатывать необходимую информацию из различных источников, включая Интернет и др.);
- безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного, социального характера;
- принятие учащимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи, справедливости судов и ответственности власти;
- антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека.

Общая характеристика учебного предмета

Как часть образовательной области учебный предмет «Основы безопасной жизнедеятельности» тесно связан с обеспечением безопасности каждого человека, общества и государства. В условиях глобализации процессов мирового развития, международных политических и экономических отношений, формирующих новые угрозы и риски для развития личности, общества и государства, Россия в качестве гаранта благополучного национального развития переходит к новой государственной политике в области национальной безопасности.

Специфика учебного предмета "Основы безопасности жизнедеятельности" основана на подготовке подрастающего поколения россиян в области безопасности жизнедеятельности на комплексном подходе к формированию у подростков современного уровня культуры безопасности, индивидуальной системы здорового образа жизни, антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения..

Основы безопасной жизнедеятельности-особый способ познания жизни, модели мира, предполагающие активное сотворчество воспринимающего.

Предмет содействует формированию разносторонне развитой, гармоничной личности, воспитанию гражданина, патриота. Приобщение к гуманистическим ценностям мира.

Развитие творческих способностей — необходимое условие становления человека, эмоционально богатого и интеллектуально развитого, способного конструктивно и вместе с тем критически относиться к себе и к окружающему миру.

Ведущая проблема- на основе изучения материала выработать у учащихся бережное отношение к окружающему миру, природе.

Основные виды деятельности учащихся

Познавательная деятельность: сюда относится изучение учебного материала, понимание ключевых проблем, владение терминами.

Творческая деятельность включает создание различных творческих работ, в которых выражается собственная интерпретация и понимание процессов происходящих на земле

Коммуникативная деятельность предполагает умение пересказывать прочитанное, участвовать в дискуссиях, создавать письменные и устные высказывания, аргументировано отвечать на вопросы по изученному или самостоятельно прочитанному материалу.

Исследовательская деятельность предполагает создание самостоятельных проектов, связанных с безопасностью.

Поскольку самым важным предметным результатом, который достигается при изучении основ безопасной жизнедеятельности как учебного предмета, является осознание значимости формирования собственного безопасного поведения для своего дальнейшего развития; формирования потребности в систематическом чтении как средстве познания мира и себя в этом мире.

Место курса «Основы безопасной жизнедеятельности» в базисном учебном плане.

Федеральный базисный учебный образовательный план для образовательных учреждений Российской Федерации предусматривает обязательное изучение предмета на этапе основного общего образования в объёме: в 7 классе — 35 ч., в 8 классе – 14 часов, в 9 классе – 35 часов.

Результаты освоения учебного предмета «Основы безопасной жизнедеятельности» Личностные результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества;
- 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;

- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, духовное многообразие современного мира;
- формированию готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни.

Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищенности, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности ее решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- формирование умения взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий Ч.С.

Предметные результаты:

- *в познавательной сфере*

Требования к результатам освоения программы в 5 классе Личностные, метапредметные и предметные результаты

личностные:

- интерпретировать текст;
- высказывать своё отношение к прочитанному материалу с аргументацией;
- анализировать характер чрезвычайных ситуаций;
- формулировать концептуальную информацию (как ты думаешь, в чём причина ...?);
- соотносить прочитанное с собственной жизненной позицией (Что такое дискриминация (расовая, национальная, по признаку полов) и др.? В чём, по твоему мнению, истоки расизма, национализма?);
- самостоятельно работать со словарями, справочным аппаратом книги.

метапредметные:

- ставить цели, задачи на каждом уроке;

- извлекать информацию из различных источников и выделять главное, переводить информацию в другую форму представления (текст, таблица, инструкция);
- свободно излагать свои мысли в устной и письменной форме; и подтверждать аргументами, высказывать собственное суждение;
- планировать учебную деятельность на уроке и дома; - осуществлять рефлекссию и самоконтроль учебной деятельности;
- искать и собирать дополнительную информацию;

Содержание учебного плана ОБЖ в 7-9 классах

. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

По окончании изучения курса учащийся научится (для использования в повседневной жизни и обеспечения возможности успешного продолжения образования на базовом уровне):

Пожарная безопасность

- Различать причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях.
- Характеризовать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности в быту.
- Осваивать правила безопасного поведения при пожаре, выбирать наиболее эффективный способ предотвращения возгорания, правила эвакуации, оказания помощи младшим, престарелым и т. д.

Безопасность на дорогах

- Характеризовать причины дорожно-транспортных происшествий, организацию дорожного движения и правила дорожного движения.
- Осваивать правила безопасного поведения на дорогах.

Безопасность в быту

Различать особенности жизнеобеспечения городского и сельского жилища и возможные опасные и аварийные ситуации в жилище.
Изучать меры безопасности в быту.
Осваивать инструкции пользователя электрических и электронных приборов.
Различать предметы бытовой химии. Характеризовать наиболее эффективный способ предотвращения опасной ситуации в быту.

Безопасность на водоемах

Изучать состояние водоемов в различное время года.
Объяснять правила поведения на водоемах. Осваивать способы обеззараживания воды для питья и приготовления пищи.
Определять места водозабора.
Применять правила само- и взаимопомощи терпящих бедствие на воде.

Экология и безопасность

Находить информацию об экологической обстановке в местах проживания и возможных опасных ситуациях в области экологии.

Оценивать состояние окружающей среды. Планировать возможный перечень мероприятий, проводимых по защите здоровья населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой

Опасные ситуации социального характера Меры личной безопасности на улице, дома, в общественном месте.

. Анализировать последствия опасных ситуаций в повседневной жизни и причины их возникновения. Моделировать ситуации, требующие знания правил безопасного поведения.

Вырабатывать алгоритм безопасного поведения в повседневной жизни.

. Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях

Подготовка к активному отдыху на природе

Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу.

Определение необходимого снаряжения для похода. Определение места для бивака и организация бивачных работ.

Активный отдых на природе и безопасность

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.

Подготовка и обеспечение безопасности в пеших и горных походах, при проведении лыжных, велосипедных и водных походов.

Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме.

Аклиматизация человека в различных природных условиях.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха различными видами транспорта.

Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде

Автономное существование человека в природных условиях.

Добровольная и вынужденная автономия. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.

Опасные ситуации в природных условиях

Опасные погодные явления.

Дикие животные и обеспечение безопасности при встрече с ними.

Укусы насекомых и защита от них.

Клещевой энцефалит и его профилактика

Различать виды активного отдыха в природных условиях и возможные опасные ситуации, возникающие в природных условиях.

Анализировать рекомендации по обеспечению личной безопасности на природе.

Характеризовать правила подготовки и обеспечения безопасности в походах.

Описывать факторы, влияющие на безопасность человека в дальних и ближних походах.

Анализировать общие правила безопасного поведения в природных условиях.

Описывать особенности подготовки к конкретному выходу на природу (пеший, лыжный, водный походы).

Распознавать опасные ситуации в природных условиях.

Отрабатывать навыки подготовки к выходу на природу.

Тренировать навыки ориентирования на местности. Осваивать правила безопасности при автономном существовании. Описывать факторы, влияющие на безопасность человека в дальних и ближних походах. Анализировать общие правила безопасного поведения в природных условиях.

Описывать особенности подготовки к конкретному выходу на природу (пеший, лыжный, водный походы).

Распознавать опасные ситуации в природных условиях.

Отрабатывать навыки подготовки к выходу на природу.

Тренировать навыки ориентирования на местности. Осваивать правила безопасности при автономном существовании в природной среде.

Выявлять причинно-следственные связи между соблюдением общих мер безопасности при автономном существовании человека в природной среде и возникновением различных опасных ситуаций.

Моделировать выполнение правил безопасности при различных опасных погодных явлениях.

Отрабатывать приемы оказания первой помощи при укусах насекомых

.Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера

Чрезвычайные ситуации природного характера

Различать чрезвычайные ситуации геологического, метеорологического, гидрологического, биологического происхождения.

Объяснять причины возникновения различных чрезвычайных ситуаций природного характера. Сопоставлять возможные последствия чрезвычайных ситуаций.

Классифицировать чрезвычайные ситуации по месту возникновения и последствиям.

Моделировать выполнение правил поведения при возникновении конкретной чрезвычайной ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера

Изучать причины возникновения чрезвычайных ситуаций техногенного характера и их возможные последствия.

Учиться различать чрезвычайные ситуации техногенного характера в соответствии с их классификацией.

Знать потенциально опасные объекты в районе проживания.

Изучать рекомендации специалистов по правилам безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Современный комплекс проблем безопасности социального характера

Знакомиться с внешними и внутренними угрозами национальной безопасности России.

Характеризовать систему защиты населения от чрезвычайных ситуаций социального характера в Российской Федерации.

Моделировать безопасные действия в условиях чрезвычайных ситуаций социального характера. Анализировать влияние человеческого фактора на последствия чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера. Анализировать эффективность рекомендаций специалистов по безопасному поведению в условиях различных чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера.

Классифицировать правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.

Решать ситуационные задачи по правилам безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях.

Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

- **Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций**

Правовые основы обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций

Характеризовать правовые основы обеспечения защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций, основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций.

Организационные основы защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени

Знакомиться с организационными основами защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени в Российской Федерации. Характеризовать основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций.

Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций

Описывать правила оповещения и эвакуации населения, правила пользования средствами защиты.

Анализировать права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности в случае возникновения чрезвычайных ситуаций.

Характеризовать действия по сигналам оповещения о возникновении чрезвычайных ситуаций

Экстремизм и терроризм — чрезвычайные опасности для общества и государства

Криминогенные ситуации, антиобщественное поведение

Знакомиться с основными видами криминогенных ситуаций и антиобщественного поведения.

Учиться различать потенциально опасные места в вашем районе проживания, где могут возникнуть криминогенные ситуации.

Основные причины возникновения терроризма и экстремизма

Основные цели, способы осуществления и возможные последствия терроризма и экстремизма

Иметь представление о последствиях ложных сообщений о заложенных бомбах.

Характеризовать терроризм и экстремизм и последствия их проявлений на современном этапе. Классифицировать виды террористической и экстремистской деятельности.

Иметь представление об усилиях разных государств по противодействию терроризму

Нормативно-правовая база противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации

Содержание законов Российской Федерации о противодействии терроризму и экстремистской деятельности

Знать основные проявления и опасности международного терроризма и экстремистской деятельности.

Характеризовать законодательную и нормативно - правовую базу по организации борьбы с терроризмом в Российской Федерации.

Организационные основы структуры противодействия наркотизму в Российской Федерации

Характеризовать государственную политику противодействия наркотизму.

Объяснять последствия наркомании и ее влияние на национальную безопасность России.

Изучать нормативно-правовую базу борьбы с наркобизнесом

Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

Указ Президента Российской Федерации «О мерах противодействия терроризму в Российской Федерации»

Анализировать и обсуждать эффективность мероприятий, проводимых в Российской Федерации, по борьбе с терроризмом и экстремизмом. Роль правоохранительных органов и силовых структур в борьбе с терроризмом и проявлениями экстремизма

Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму

Роль нравственной позиции и выработка личных качеств в формировании антитеррористического поведения

Моделировать собственное поведение с целью противодействия вовлечению в террористическую и экстремистскую деятельность.

Анализировать влияние уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности на формирование антитеррористического поведения.

Формировать антитеррористическое поведение

Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и за участие в террористической и экстремистской деятельности .

Наказание за участие в террористической и экстремистской деятельности

Иметь представление о неотвратимости наказания за участие в террористической и экстремистской деятельности.

Делать сравнительный анализ тяжести наказаний за отдельные виды преступлений

Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта.

Наиболее опасные террористические акты. Правила поведения при возможной опасности взрыва. Меры безопасности в случае похищения или захвата в заложники.

Описывать виды террористических актов, их цели и способы осуществления.

Исследовать виды террористических актов и их последствий.

Характеризовать признаки возможного возникновения взрыва и правила безопасного поведения во время взрыва.

Анализировать возможные последствия терактов. Определять свои возможности безопасного поведения.

Вырабатывать варианты своего поведения при угрозе возникновения теракта.

Характеризовать правила безопасного поведения во время захвата самолета и при перестрелке Моделировать ситуации (правила) при захвате в заложники или похищении.

Здоровый образ жизни и оказание первой помощи

Основы здорового образа жизни

Здоровый образ жизни и его составляющие

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни

Изучать особенности индивидуального здоровья, репродуктивного здоровья.

Характеризовать социально-демографические процессы и сопоставлять их с безопасностью государства.

Описывать особенности физического, психического, социального развития человека.

Характеризовать составляющие здорового образа жизни.

Овладевать правилами позитивных взаимоотношений со взрослыми, сверстниками, обществом. Различать обязанности и права несовершеннолетних.

Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья.

Формировать потребность в соблюдении норм здорового образа жизни как способа сохранения и укрепления личного здоровья.

Анализировать состояние своего здоровья.

Рациональное питание.

Формировать потребность в соблюдении норм здорового образа жизни как способа сохранения и укрепления личного здоровья.

Анализировать состояние своего здоровья.

Факторы, разрушающие здоровье

Вредные привычки и их влияние на здоровье. Ранние половые связи и их отрицательные последствия для здоровья человека.

Классифицировать знания об основных факторах, разрушающих здоровье (вредные привычки, ранние половые связи); о последствиях для здоровья человека вредных привычек и ранних половых связей.

Характеризовать ситуации, потенциально опасные для здоровья.

Анализировать влияние внешних факторов и вредных привычек на состояние собственного здоровья. Классифицировать правила соблюдения норм здорового образа жизни и профилактику вредных привычек

Правовые аспекты взаимоотношений полов.

Семья в современном обществе.

Описывать основы семейного законодательства. Анализировать роль семьи в жизни личности и общества, ее влияние на здоровье человека. Моделировать ситуации, требующие знания образцов культуры общения и взаимной ответственности в семье.

Первая помощь при неотложных состояниях.

Правила оказания первой помощи при неотложных состояниях.

Характеризовать неотложные состояния, требующие оказания первой помощи.

Накладывать повязки, оказывать первую помощь при отравлениях, ссадинах, ушибах, порезах и т. д. Овладеть способами остановки кровотечения, оказания помощи утопающим путем искусственного дыхания, непрямого массажа сердца. Анализировать возможные последствия неотложных состояний и значение своевременного оказания первой помощи.

Отрабатывать приемы оказания первой помощи при неотложных состояниях.

Первая помощь при массовых поражениях.

Комплекс простейших мероприятий по оказанию первой помощи при массовых поражениях.

Исследовать причины массовых поражений в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, с системой мер по защите населения в случае возникновения массовых поражений.

Изучать мероприятия по оказанию помощи населению в местах массовых поражений.

Анализировать возможные последствия массовых поражений.

Отрабатывать приемы оказания первой помощи при массовых поражениях.

Содержание учебного предмета

Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства

Раздел I. Основы комплексной безопасности

Тема 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека

- Безопасность в быту

Особенности города (населенного пункта) как среды обитания человека. Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения. Возможные опасные и аварийные ситуации в жилище. Соблюдение мер безопасности в быту.

Тема 2. Опасные ситуации техногенного характера

- Безопасность на дорогах

Причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия. Организация дорожного движения. Правила Безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста. Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых ситуациях..

Тема 3. Опасные ситуации природного характера

- Безопасность на водоёмах

Особенности состояния водоёмов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Правила безопасного поведения на воде. Опасность водоёмов зимой. Меры предосторожности при движении по льду. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.

Тема 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера

- Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясение, наводнение, буря, ураган, сели, оползни, обвалы). Чрезвычайные ситуации техногенного характера (радиационно опасные объекты, пожаровзрывоопасный объект, химически опасный объект)

Тема 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение.

- Опасные ситуации социального характера

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности на улице, дома, в общественном месте. Профилактика нападений и самозащита при нападении насильников и хулиганов. Самооценка поведения.

Психологические приёмы самозащиты. Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде дома, лифте. Правила обеспечения сохранности личных вещей. Правила защиты от мошенников. .

Тема 6 . Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.

Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения. Меры предосторожности при обнаружении взрывного устройства. Поведение человека при захвате его террористами в качестве заложника. Меры безопасности при освобождении заложников сотрудниками спецслужб. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел II. Основы здорового образа жизни

Тема 7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни

- Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни

Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.

Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия сохранения и укрепления здоровья. Рациональное питание. Роль питания в сохранении здоровья человека

Тема 8. Факторы разрушающие здоровье.

- Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье

Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Табакокурение и его последствия для организма курящего и окружающих людей. Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Наркомания, токсикомания и другие вредные привычки.

Раздел III. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Тема 9. Первая медицинская помощь и правила её оказания

- Оказание первой медицинской помощи

Медицинская (домашняя) аптечка. Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и ушибах. Перевязочные и лекарственные средства. Первая медицинская помощь при отравлениях газами, пищевыми продуктами, средствами бытовой химии, лекарствами.