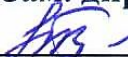


Согласовано
Зам. директора по УВР
 Богданова Т.Ю



Утверждаю
Директор школы
А. А. Бобрусева.



МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ТАЛОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»
ТАРУМОВСКОГО РАЙОНА РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН

368872 РД с. Таловка ул. Советская – 103, e-mail: talshol05@mail.ru

Рабочая программа

по ОБЖ

10 класс

Учитель: Строкин А. В.

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по предмету "Основы безопасности жизнедеятельности" для учащихся 10а класса, разработана с учетом требований и положений, изложенных в следующих документах:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральный компонент государственного стандарта среднего общего образования (приказ Минобрнауки России от 05.03.2004 № 1089 «Об утверждении федерального стандарта среднего общего образования»);

- Приказ Минобрнауки России №253 от 31 марта 2014 г. «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ среднего общего образования»;

- Образовательная программа муниципального общеобразовательного учреждения Гимназия города Лабытнанги на период 2015-2020 годы 10-11 классы.

- Настоящая рабочая программа по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 10а класса Гимназия г.Лабытнанги составлена на основе примерной по основам безопасности жизнедеятельности и программы курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для общеобразовательных учреждений 10 классы, разработанной авторским коллективом в составе: А.Т. Смирного, Б.О. Хренникова.-М.: Просвещение, 2014.

Программа разработана в полном соответствии с обязательным минимумом содержания курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в образовательных учреждениях среднего общего образования, предусмотренного базисным учебным планом школы, полностью соответствует предъявляемым требованиям к уровню подготовки выпускников средней школы на базовом уровне в условиях модернизации современного российского образования.

Программа для 10-х классов предназначена для изучения тем в области безопасности жизнедеятельности учащимися, с учетом их потребностей в повышении уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства. Данная программа реализует положения государственного образовательного стандарта второго поколения.

Разработанная программа предусматривает теоретические и практические занятия по разделу «Основы военной службы» в 10 классе из расчета 1 час в неделю (35 часа в год) с завершением обучения проведением 5-дневных сборов по 40-часовой учебной программе на базе воинских частей, организацией РОСТО (ДОСААФ), оборонно-спортивных учреждений (лагерей, центров и т.п.) и образовательных учреждений среднего общего образования.

Программа выстроена по трём входящим в нее разделам:

Раздел I. Основы комплексной безопасности.

Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Раздел III. Основы обороны государства

Изучение каждого раздела завершается написанием реферата или выполнение контрольных заданий. Темы рефератов даны в методическом пособии «Основы безопасности жизнедеятельности» (А.Т. Смирнов и др.).

При этом разделы I-III изучаются учащимися (юношами и девушками) совместно, а в 5 дневных сборах участвуют только юноши.

Данная учебная программа предусматривает формирование у учащихся умений и навыков, а также ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности. В этом направлении приоритетными для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» являются следующие умения и навыки:

◆ умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность в области безопасности жизнедеятельности;

◆ умение использовать элементы причинно-следственного и структурно-функционального анализа для прогноза возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций (природного, техногенного и социального характера);

◆ умение анализировать свое поведение в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, в том числе при угрозе совершения террористического акта; вносить определенные коррективы в свое поведение для повышения уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности и защищенности своих жизненно важных интересов от внешних и внутренних угроз;

◆ умение формировать свою жизненную позицию в области безопасности жизнедеятельности на основе самовоспитания и самообучения;

◆ навыки в проектной деятельности по организации и проведению учебно-исследовательской работы по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни в условиях чрезвычайных ситуаций;

◆ навыки в поиске нужной информации в области безопасности жизнедеятельности в источниках различного типа;

◆ ключевые компетенции в понимании своего гражданского долга как гражданина Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности России, в том числе и по вооруженной защите Российской Федерации;

◆ ключевые компетенции в осуществлении осознанного выбора своей будущей профессиональной деятельности, связанной с защитой жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз и направлении продолжения своего образования.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 10 классе направлено на достижение следующих целей:

- воспитание у учащихся ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства;

- развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и Социального характера; потребности вести здоровый образ жизни; необходимых моральных, физических и психологических качеств для выполнения конституционного долга и обязанности гражданина России по защите Отечества;

- освоение знаний: о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; об обязанностях граждан по защите государства;

- формирование умений: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

Структурно программа состоит из трех разделов и тринадцати тем

Раздел I «Основы комплексной безопасности» предназначен для систематизации и углубления знаний обучаемых в вопросах обеспечения личной безопасности человека и организации в Российской Федерации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени, полученных при изучении основ безопасности жизнедеятельности в 8 классе. Раздел состоит из двух обобщающих тем: «Опасные и

чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения», «Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны».

Раздел II «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» состоит из трех обобщающих тем и предназначен для формирования у обучаемых знаний о здоровом образе жизни, основных инфекционных и неинфекционных заболеваниях, средствах их профилактики и правилах оказания первой медицинской помощи.

Раздел III «Основы военной службы» предусматривает изучение основных положений, раскрывающих содержание обязательной подготовки молодежи к военной службе. Раздел состоит из шести обобщающих тем, в которых последовательно раскрывается содержание обязательной подготовки граждан к военной службе. В процессе изучения тематики раздела учащиеся получают начальные знания в области обороны, знакомятся с основными положениями Военной доктрины Российской Федерации; получают сведения о Вооруженных Силах Российской Федерации, их структуре и предназначении для обеспечения национальной безопасности страны; уяснят роль и значение военно-патриотического воспитания молодежи в деле подготовки граждан России к выполнению конституционного долга по защите Отечества.

Предлагаемая программа предусматривает совместное изучение учебного материала юношами и девушками, кроме тем «Воинская обязанность», «Особенности военной службы», «Военнослужащий — защитник Отечества. «Честь и достоинство воина Вооруженных Сил», «Основы военной службы» (практические занятия на базе воинской части).

2. Общая характеристика учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»

Для организации познавательной деятельности учащихся на уроках ОБЖ целесообразно использовать разнообразные методы и формы обучения. *Перцептивные: (словесные, наглядные, практические)* рассказ, лекция, беседа, семинары демонстрация, практические занятия. Соревнования. Ролевые игры.

Логические: (индуктивные и дедуктивные) логическое изложение и восприятие учебного материала учеником. (Анализ ситуации).

Гностический: объяснительно-репродуктивный, информационно поисковый, исследовательский. (Реферат. Доклад. Проектное задание)

Кибернетический: управления и самоуправления учебно-познавательной деятельностью. Контроля и самоконтроля (устный, письменный).

Стимулирования и мотивации.

Самостоятельной учебной деятельности.

Фронтальная форма обучения, активно управляет восприятием информации, систематическим повторением и закреплением знаний учениками.

Групповая форма обеспечивает учёт дифференцированных запросов учащихся.

Индивидуальная работа в наибольшей мере помогает учесть особенности темпа работы каждого ученика.

- **предполагаемые результаты:**

В результате учебного процесса учащиеся получают весь комплекс знаний умений и навыков запланированного учебного процесса;

- **общая характеристика учебного процесса: методы, формы обучения и режим занятий**

В учебном процессе используются методы рассказа, показа, тренировок при изучении тем практической направленности. Информационная тематика предполагает большее использование на занятиях анализа ситуаций, объяснительно-репродуктивной, информационно поисковой, исследовательской деятельности учащихся.

- **логические связи данного предмета с остальными предметами (разделами) учебного (образовательного) плана;**

Практически вся тематика ОБЖ базируется на знаниях получаемых учащимися при изучении других общеобразовательных предметов. Поэтому на уроках ОБЖ непременно

используется межпредметная связь: физкультура – ЗОЖ; история – ОВС; биология – ЗОЖ, оказание ПМП; география – выживание в природе, химия – опасные в-ва, экологическая безопасность; физика – природные явления, техногенные аварии и катастрофы.

- **система оценки достижений учащихся;**

Деятельность учащихся на уроках ОБЖ оценивается с позиций современных образовательных технологий: личностного подхода в обучении, развивающего обучения и успешности деятельности учащихся. Задания носят развивающий характер. Оценивание имеет форму стимулирования обучения и саморазвития школьника в рамках возможностей учащихся.

- **инструментарий для оценивания результатов;**

Контрольные работы, самостоятельные работы, индивидуальные задания, тесты, устный опрос, викторины и практические задания, выполнение нормативов в практических видах деятельности – главная составляющая учебного процесса.

- **приводится используемая в тексте программы система условных обозначений.**

Раздел I (Р-I). Раздел II (Р-II). Раздел III (Р-III).

3. Место учебного предмета в Учебном плане Гимназии г. Лабытнанги на 2015 – 2016 учебный год

В Учебном плане Гимназии г. Лабытнанги на 2015 – 2016 г. г. для обязательного изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на уровне среднего общего образования в 10а классе предусмотрено 35 часов, из расчета 1 учебный час неделю.

При этом резерв свободного времени, предусмотренный примерной программой, направлен на реализацию авторского подхода для использования разнообразных форм организации учебного процесса и внедрения современных методов обучения и педагогических технологий.

4. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета «ОБЖ» в 10а классах на уровне среднего общего образования

Практически вся тематика ОБЖ базируется на знаниях получаемых учащимися при изучении других общеобразовательных предметов. Поэтому на уроках ОБЖ непременно используется межпредметная связь: физкультура-ЗОЖ; история-ОВС; биология-ЗОЖ, оказание ПМП; география-выживание в природе, химия-опасные в-ва, экологическая безопасность; физика-природные явления, техногенные аварии и катастрофы.

Личностными результатами обучения ОБЖ являются:

- 1) развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- 2) формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- 3) воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметными результатами обучения основам безопасности жизнедеятельности являются:

- 1) овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- 2) владение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных

ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

3) формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

4) приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

5) развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

6) освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

7) формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

8) 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;

Предметными результатами обучения ОБЖ являются:

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, исключающий 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.

5. Учебно-тематический план

№ раздела, темы	Наименование разделов, тем	Количество часов
Р- I	Основы комплексной безопасности	13
Тема 1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	6
Тема 2	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	7
	Итоговое задание	
Р- II	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	10
Тема 3	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	3
Тема 4	Здоровый образ жизни и его составляющие	7
	Итоговое задание	
Р- III	Основы обороны государства	12
Тема 5	Вооруженные Силы Российской Федерации их виды, и рода войск.	6
Тема 6	Боевые традиции Вооруженных сил России	3
Тема 7	Символы воинской чести	3
	Итоговое задание	
	Всего часов	35

6. Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности

№ п/п	Наименование раздела и темы урока	Кол-во часов	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Дата проведения	
1	2	3	5	6	10	
Р-1 Основы комплексной безопасности 13					Д а т а	Корр екци я, прич ины корр екци и
Тема 1 Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни 6						
1	1.1. Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования	1	Причины попадания человека в условия вынужденного автономного существования. Меры профилактики и подготовки к безопасному поведению в условиях автономного существования. Правила ориентирования на местности, движения по азимуту. Правила обеспечения водой, питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня	<i>Знать</i> об основных опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни, и правилах поведения в них. <i>Уметь</i> называть способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях		
2	1.2. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера	1	Возможные ситуации при встрече с незнакомцами на улице, в общественном транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью: на рынке, на стадионе, на вокзале и т. д.	<i>Знать</i> правила поведения в криминогенных ситуациях. <i>Уметь:</i> объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера; <i>Использовать</i> приобретенные навыки безопасного поведения и приемы самозащиты в зонах криминогенной опасности		

3	1.3. Уголовная ответственность несовершеннолетних	1	<p>Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних.</p> <p>Виды наказаний, назначаемые несовершеннолетним.</p> <p>Правила поведения в общественном транспорте.</p> <p>Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта.</p> <p>Хулиганство и вандализм, общие понятия. Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм</p>	<p><i>Знать</i> об уголовной ответственности несовершеннолетних и видах наказаний, назначаемых несовершеннолетним.</p> <p><i>Уметь</i> использовать полученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для безопасного поведения</p>		
4	1.4. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера	1	<p>Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</p> <p>Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</p> <p>Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника</p>	<p><i>Знать</i> потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;</p> <p>правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций.</p> <p><i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для безопасного поведения в Чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера</p>		
5	1.5. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ее структура и задачи	1	<p>РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций</p>	<p><i>Знать</i> предназначение, структуру и задачи РСЧС.</p> <p><i>Уметь</i> использовать полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи</p>		

6	1.6. Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности	1	Положения Конституции Российской Федерации, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан	<i>Знать</i> основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. <i>Уметь</i> использовать полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи		
---	---	---	--	--	--	--

Тема 2
Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны
7

7	2.1. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны	1	Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий. Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной	<i>Знать</i> о предназначении гражданской обороны, её структуре и задачах. <i>Уметь</i> использовать полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности		
8	2.2. Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	1	Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, их поражающие факторы. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения	<i>Иметь представление</i> о современных средствах поражения и их поражающих факторах. <i>Уметь</i> предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления		

9	2.3. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.	1	Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях	<i>Знать</i> способы оповещения населения в чрезвычайных ситуациях. <i>Уметь</i> действовать в чрезвычайных ситуациях		
10	2.4. Организация инженерной защиты (самозащиты) населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени	1	Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях	<i>Знать</i> виды защитных сооружений, правила поведения в защитных сооружениях. <i>Уметь</i> : – действовать в чрезвычайных ситуациях; – использовать средства коллективной защиты.		
11	2.5. Средства индивидуальной защиты	1	Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики	<i>Знать</i> основные средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, медицинские средства защиты и профилактики. <i>Уметь</i> владеть навыками пользования средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой)		
12	2.6. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций	1	Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения	<i>Знать</i> об организации проведения аварийно-спасательных работ в зонах ЧС. <i>Уметь</i> использовать полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности		
13	2.7. Организация гражданской обороны в образовательном учреждении. Эвакуация населения	1	Организация ГО в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. Отработка правил поведения в случае получения сигнала о ЧС. План гражданской обороны образовательного учреждения. Обязанности обучаемых	<i>Знать</i> об организации ГО в общеобразовательном учреждении; правила поведения учащихся при получении сигнала о ЧС. <i>Уметь</i> действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!»		

Р-II
Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской
10

Тема 3
Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний
3

14	3.1. Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности	1	Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья – социальная потребность общества	<i>Знать</i> основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него, о способах и средствах сохранения здоровья, важности профилактических мероприятий для здорового иммунитета.		
15	3.2. Инфекционные заболевания, их классификация	1	Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике	<i>Знать</i> об основные принципах классификации инфекционных заболеваний. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания и умения в повседневной жизни для соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний		
16	3.3. Основные инфекционные заболевания, их профилактика	1	Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний	<i>Знать</i> об основные принципах профилактики инфекционных заболеваний. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания и умения в повседневной жизни для соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний		

Тема 4
Здоровый образ жизни и его составляющие
7

17	4.1. Здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье	1	Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, направленная на укрепление и сохранение здоровья	<i>Знать</i> основное определение понятия «здоровый образ жизни», о факторах, влияющих на здоровье. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни		
----	---	---	--	--	--	--

18	4.2. Основные составляющие здорового образа жизни	1	Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья человека, формирования духовных качеств. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических сил и духовных качеств	<i>Знать</i> основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни		
19	4.3. Биологические ритмы	1	Основные понятия о биологических ритмах организма	<i>Знать</i> основные составляющие здорового образа жизни. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни		
20	4.4. Влияние биологических ритмов на работоспособность человека	1	Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности	<i>Знать</i> основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни		
21	4.5. Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека	1	Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия. Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей среды для закаливания. Необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закаливающих процедур	<i>Знать</i> о факторах, способствующих укреплению здоровья. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни		

22	4.6. Вредные привычки, их влияние на здоровье	1	Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их социальные последствия. Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную и сердечнососудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркомания и токсикомания	<i>Знать</i> о вредных привычках–факторах, разрушающих здоровье. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни		
23	4.7. Профилактика вредных привычек	1	Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту	<i>Знать</i> о профилактике вредных привычек. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни		
Р- III Основы обороны государства 12						
Тема 5 Вооруженные Силы Российской Федерации их виды, и рода войск 6						
24	5.1. История создания Вооруженных Сил России	1	Организация вооруженных сил Московского государства в XIV–XV вв. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание массовой армии	<i>Иметь представление</i> об истории создания Вооруженных Сил России. <i>Владеть навыками</i> осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.		
25	5.2. История создания Вооруженных Сил России	1	Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы	<i>Иметь представление</i> об истории создания Вооруженных Сил России. <i>Владеть навыками</i> осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе		

26	5.3. Организационная структура Вооруженных Сил России	1	Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Ракетные войска стратегического назначения, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности. Сухопутные войска, история создания, предназначение. Рода войск, входящие в Сухопутные войска	<i>Иметь представление об организационной структуре ВС РФ. Владеть навыками осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе</i>		
27	5.4. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение	1	Военно-Воздушные Силы, история создания, предназначение, рода авиации. Войска ПВО, история создания, предназначение, решаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС. Военно-Морской Флот, история создания, предназначение	<i>Знать состав и предназначение ВС РФ. Владеть навыками оценки уровня своей подготовленности к военной службе.</i>		
28	5.5. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил	1	Вооруженные Силы Российской Федерации – государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руководство и управление Вооруженными Силами. Реформа Вооруженных Сил России, ее этапы и основное содержание	<i>Знать функции и основные задачи современных Вооруженных Сил. Иметь представление об управлении Вооруженными Силами; о реформе Вооруженных Сил. Владеть навыками осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.</i>		
29	5.6. Другие войска, их состав и предназначение	1	Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение	<i>Знать состав и предназначение ВС РФ. Уметь оценивать уровень своей подготовленности к военной службе</i>		
Тема 6 Боевые традиции Вооруженных сил России 3						

30	6.1. Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества	1	<p>Патриотизм – духовно-нравственная основа личности военнослужащего – защитника Отечества, источник духовных сил воина.</p> <p>Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов – основное содержание патриотизма.</p> <p>Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего – защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг</p>	<p><i>Знать</i> о требованиях воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.</p> <p><i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы.</p>		
31	6.2. Памяти поколений – дни воинской славы России.	1	<p>Дни воинской славы – Дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.</p> <p>Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.</p>	<p><i>Знать</i> о днях воинской славы и о формах увековечения памяти.</p> <p><i>Уметь:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды; – использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы 		
32	6.3. Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений	1	<p>Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.</p> <p>Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота</p>	<p><i>Иметь представление</i> о дружбе и войсковом товариществе как основе боевой готовности частей и подразделений.</p> <p><i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы</p>		
Тема 7						
Символы воинской чести 3						
33	7.1. Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы	1	<p>Боевое Знамя воинской части – особо почетный знак, отличающий особенности боевого подразделения, истории и заслуг воинской части.</p> <p>Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания</p>	<p><i>Иметь представление</i> о символах воинской чести.</p> <p><i>Уметь</i> осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.</p>		

34	7.2. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе	1	История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звания Герой Советского Союза, Герой Российской Федерации	<i>Иметь представление об основных государственных наградах. Уметь отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды</i>		
35	7.3. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	1	Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Порядок вручение личному составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку	<i>Иметь представление о ритуалах ВС РФ. Уметь осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.</i>		
Всего часов		35 ч				

7. Содержание учебной программы (10 класс)

Раздел I. Основы комплексной безопасности (13 часов)

1. Обеспечение безопасности в повседневной жизни (6 часов)

1.1. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Подготовка к проведению турпохода.

Практические занятия. Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовка к безопасному поведению в условиях автономного существования. Отработка правил ориентирования на местности, движение по азимуту, правил обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня.

1.2. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера.

Практические занятия. Обсуждение с обучающимися наиболее возможных ситуаций при встрече с насильниками и хулиганами на улице, в транспорте, общественном месте, подъезде дома, лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью: на рынке, стадионе, вокзале и др.

1.3. Уголовная ответственность несовершеннолетних.

Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних.

Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним.

Правила поведения в общественном транспорте. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта.

Хулиганство и вандализм, общие понятия. Виды хулиганских действий (грубые нарушения общественного порядка, повреждение чужого имущества). Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.

1.4. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

Практические занятия. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации и одного из возможных вариантов, предусмотренных планом школы (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

1.5. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи.

РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Правила и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

1.6. Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности.

Положения Конституции Российской Федерации, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан.

2. Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны (7 часов).

2.1. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны.

Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий.

Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной.

2.2. Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения.

Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.

Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, их поражающие факторы.

Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

2.3. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.

Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации, примерное ее содержание, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

2.4. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.

2.5. Средства индивидуальной защиты.

Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики.

Практические занятия. Отработать порядок получения и пользования средствами индивидуальной защиты.

2.6. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций.

Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ, организация санитарной обработки людей после пребывания их в зоне заражения.

2.7. Организация гражданской обороны в школе.

Организация гражданской обороны в школе, ее предназначение. План гражданской обороны школы. Обязанности обучающихся.

Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

(10 часов)

3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний

(3 часа).

3.1. Сохранение и укрепление здоровья – важная забота каждого человека и всего общества.

Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья – социальная проблема общества.

3.2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятия об иммунитете, экстренной и специфической профилактике.

Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

4. Основы здорового образа жизни (7 часов).

4.1. Здоровый образ жизни и его составляющие.

Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Общие понятия о режиме жизнедеятельности, и его значение для здоровья человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств.

4.2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.

Основные понятия о биологических ритмах организма. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности.

4.3. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.

Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия.

Физиологические особенности влияния закалывающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей природной среды для закалывания. Необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закалывающих процедур.

4.4. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

Вредные привычки (употребление алкоголя и наркотиков, курение) и их социальные последствия.

Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.

Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту.

Раздел III. Основы обороны государства (12 часов).

5. Вооруженные Силы Российской Федерации их виды, и рода войск.

(6 часов).

5.1. История создания Вооруженных Сил Российской Федерации.

Организация вооруженных сил Московского государства в XIV – XV вв. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во время второй половине XIX в., создание массовой армии.

Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.

Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

5.2. Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение.

Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил и рода войск.

Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск, входящие в сухопутные войска.

Военно-воздушные силы, история создания, предназначение, рода авиации. Войска ПВО, история создания, предназначение, решаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС.

Военно-морской флот, история создания, предназначение.

Отдельные рода войск.

Ракетные войска стратегического назначения, воздушно-десантные войска, космические войска, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности.

5.3. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформы Вооруженных Сил.

Вооруженные Силы Российской Федерации – государственная военная организация, составляющая основы обороны страны. Руководство и управление Вооруженными Силами. Реформа Вооруженных Сил, ее этапы и их основное содержание.

5.4. Другие войска, их состав и предназначение.

Пограничные войска Федеральной службы безопасности, внутренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

6. Боевые традиции Вооруженных Сил России (3 часа).

6.1. Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества.

Патриотизм – духовно-нравственная основа личности военнослужащего – защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов – основное содержание патриотизма.

Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего – защитника Отечества, способность с честью и достоинством выполнить воинский долг.

6.2. Памяти поколений – дни воинской славы России.

Дни воинской славы России – дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.

Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

6.3. Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений.

Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.

Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота.

7. Символы воинской чести (3 часа).

7.1. Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.

Боевое Знамя воинской части – особо почетный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части.

Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.

7.2. Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

История государственных наград за военные отличия в России.

Основные государственные награды СССР и России, звания Герой Советского Союза, Герой Российской Федерации.

7.3. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Порядок вручения личному составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или в отставку.

8. Планируемые результаты изучения учебного предмета

В результате обучения основ безопасности жизнедеятельности ученик должен Знать:

- основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него;
 - потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
 - основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности населения;
 - основы российского законодательства об обороне государства, о воинской обязанности и военной службе граждан;
 - состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
 - предназначение, структуру и задачи РСЧС;
 - предназначение, структура и задачи гражданской обороны;
- уметь:
- перечислить последовательность действий при возникновении пожара в жилище и подручные средства, которые можно использовать для ликвидации возгорания;
 - перечислить порядок действий по сигналу «Внимание всем!» и назвать минимально необходимый набор предметов, который следует взять с собой в случае эвакуации;
 - объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;
 - назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях;
 - показать порядок использования средств индивидуальной защиты;
 - рассказать о предназначении и задачах организации гражданской обороны.

Требования к уровню усвоения дисциплины

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности учащиеся должны знать:

- основные правила безопасного поведения в повседневной жизни и в условиях чрезвычайной ситуации, а также правила личной безопасности при угрозе террористического акта;
- организацию защиты населения в Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера и организационные основы борьбы с терроризмом;
- основные принципы здорового образа жизни;
- правила оказания первой медицинской помощи;

- основы обороны государства и военной службы;
- боевые традиции Вооруженных Сил России, государственные и военные символы Российской Федерации.

- учащиеся старших классов должны **уметь**:

- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;

- грамотно действовать при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;

- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;

- выполнять основные действия, связанные с будущим прохождением воинской службы (строевые приемы, воинское приветствие, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из автомата и т.д.);

- пользоваться справочной литературой для целенаправленной подготовки к военной службе с учетом индивидуальных качеств.

Приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни будут способствовать обеспечению личной безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе при угрозе террористического акта, при захвате в заложники; выработке убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни; владению навыками в области гражданской обороны; формированию психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву.

- **формы и вопросы контроля:**

- Контрольные работы, самостоятельные работы, индивидуальные задания, тесты, устный опрос, викторины и практические задания, выполнение нормативов.

1. Автономное пребывание человека в природной среде.

2. Обеспечение личной безопасности на дорогах.

3. Правила личной безопасности при пожаре

4. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях

5. Правила личной безопасности при угрозе террористического акта

6. Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности

7. Чрезвычайные ситуации природного характера, причины их возникновения и возможные последствия.

8. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.

9. Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия.

10. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации техногенного характера

11. Военные угрозы национальной безопасности России.

12. Международный терроризм - угроза национальной безопасности России.

13. Виды террористических актов, их цели и способы осуществления.

14. Наркотизм и национальная безопасность России.

15. Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности человека.

16. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи.

17. Сохранение и укрепление здоровья - важнейшая составляющая подготовки молодежи к военной службе и трудовой деятельности.

18. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

19. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.

20. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.

21. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

22. Гражданская оборона, ее предназначение и основные задачи.

23. Основные виды оружия и их поражающие факторы.
24. Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.
25. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций военного и мирного времени.
26. Средства индивидуальной защиты.
27. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации
28. История создания Вооруженных сил Российской Федерации.
29. Памяти поколений - дни воинской славы России.
30. Виды Вооруженных сил Российской Федерации и рода войск.
31. Боевые традиции Вооруженных сил России.
32. Размещение и быт военнослужащих.
33. Обязанности лиц суточного наряда.
34. Обязанности дневального по роте.
35. Обязанности дежурного по роте.
36. Обязанности часового.
37. Строевые приемы и движение без оружия.
38. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова.
39. Обязанности солдата в бою.
40. Действия солдата в бою.

9. Система оценки достижения планируемых результатов учебного предмета «ОБЖ» в 10а классе

Знания и умения учащихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.

1. **Оценку «5»** получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает учащийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.

2. **Оценку «4»** получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат в общем соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4» получает учащийся, набравший 70 – 89% от максимально возможного количества баллов.

3. **Оценку «3»** получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает учащийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.

4. **Оценку «2»** получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает учащийся, набравший 20 - 44% от максимально возможного количества баллов

10. Оснащение учебного процесса по предмету «ОБЖ» на уровне среднего общего образования

№ п/п	Наименование
1	Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» (под ред. А.Т.Смирнова), 10-11 класс 2014г.
2	Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» (под ред. Ю.Л.Воробьева), 10 класс, М.,2007 г.
3	Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» (под ред. Ю.Л.Воробьева), 11 класс, М.,2007 г.
4	Конституция Российской Федерации
5	Правила дорожного движения Российской Федерации
6	Закон Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе»
7	Федеральный закон «О гражданской обороне»
8	Федеральный закон «О пожарной безопасности»
9	Плакат «Правила поведения при вынужденном автономном существовании в природной среде»
10	Плакат «Средства индивидуальной защиты»
11	Плакат «Средства коллективной защиты»
12	Плакат «Современные обычные средства поражения»
13	Плакат «Химическое оружие»
14	Плакат «Ядерное оружие»
15	Плакаты «Здоровый образ жизни»
16	Плакат «Основы военной службы»
17	Плакат «Терроризм»
18	Противогаз ГП-5
19	Аптечка индивидуальная АИ-2
20	Газодымозащитный комплект ГЗДК-У
21	Капюшон защитный «Феникс» (портативный фильтрующий самоспасатель для взрослых и детей от 7 лет)
22	Защитный костюм резиновый (ОЗК, Л-1 ...)
23	Форма военная камуфлированная (куртка, брюки)
24	Модель автомата АК-74
25	Пневматическая винтовка
26	Пневматический пистолет
27	Набор знаков дорожного движения
28	Телевизор
29	DVD, видеомаягнитофон

Перечень учебно-методического обеспечения

Для обучения используется учебно-методический комплект, который включает в себя:

- Программа по курсу ОБЖ: авторы А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, «Просвещение» 2014 г.
- Фролов М.П., Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 классов общеобразовательных учреждений, - М., Астрель-АСТ, 2008;
- Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 классов общеобразовательных учреждений, - М., Просвещение, 2008;
- Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Ижевский П.В.. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008;
- Основы безопасности жизнедеятельности. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., -М., Просвещение, 2004;
- Основы подготовки к военной службе. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Васнев В.А., Чинённый С.А., -М., Просвещение, 2004;
- Тупикин Е.И., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: Тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10-11 класс: Пособие для преподавателей, -М., Дрофа, 2007;
- Смирнов А.Т. , Васнев В.А. Основы военной службы: учебное пособие, -М., Дрофа, 2004

Учебные пособия:

- Шойгу С.К., Воробьев Ю.Л., Фалеев М.И. Основы безопасности жизнедеятельности – 10 класс / Мультимедийный учебник TeachPro™ , - М., Федеральный центр науки и высоких технологий ВНИИ ГОЧС МЧС России, 2005;
- Латчук В.Н., Марков В.В., Миронов С.К., Вангородский С.Н. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 классов общеобразовательных учреждений, -М., Дрофа, 2008;
- Латчук В.Н., Марков В.В., Миронов С.К., Вангородский С.Н. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Дрофа, 2008;
- ОБЖ. Основы безопасности жизни: Учебно-методический журнал. 2004-2008 - №№ 1-12;
- Основы безопасности жизнедеятельности: Информационно-методическое издание для преподавателей. 2004-2008 - №№ 1-12;
- Библиотека журнала «Основы безопасности жизнедеятельности». 2006-2010;
- Арсеньев Е.Н. Работоспособность и здоровье человека на Севере. – Мурманск, Кольский научно-внедроческий центр «Валеос», 1993.

Список литературы

Смирнов А.Т. , Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для учащихся 10-11 кл. общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников – М.: Просвещение, 2014.

Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для учащихся 11 кл. общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В.А. Васнев. – 9-е изд. – М.: Просвещение, 2009.

Федеральные законы Российской Федерации «О гражданской обороне», «О защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О противодействии терроризму», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской

обязанности и военной службе» и статьи 14 Закона Российской Федерации «Об образовании» // Собрание законодательства Российской Федерации. – М., 1998-2006.

В.Н. Латчук, В.В. Марков, А.Г. Маслов Основы безопасности жизнедеятельности Методическое пособие Москва. Дрофа. 2000.

Примерные вопросы и ответы для подготовки к выпускному экзамену 11 класс Основы безопасности жизнедеятельности. Москва. НЦ ЭНАС 2002.

Сборник нормативных и правовых документов по основам военной службы Москва. «Издательство НЦ ЭНАС» 2001.

Русские военачальники. А.В. Суворов М.И. Кутузов. П.С. Нахимов. Г.К. Жуков. Москва 1996.

Ильин А.А. Большая энциклопедия выживания. – М.: Изд-во Эксмо, 2005. – 480 с., ил
Вооруженные силы Российской Федерации – защитники нашего отечества. Учебное пособие по разделу «Основы военной службы» 10 класс, часть 1., М.: 2001.

Боевые традиции вооруженных сил. Символы воинской чести. Учебное пособие по разделу «Основы военной службы»

10 класс, часть 2, М.: 2001. Синова И.В., Государственные праздники России – СПб.: Издательский Дом «Литера», 2006.

Синова И. В., Герб, Гимн, флаг России, СПб.: Издательский Дом «Литера», 2007.

Уголовный кодекс Российской Федерации, - СПб.: Питер, 2004.

Латчук, В.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека. 5-11 кл.: учеб.-метод. Пособие / М.: Дрофа. 2005.

Воинская обязанность военнослужащих – защитник своего отечества. Учебное пособие по разделу «Основы военной службы» 11 класс, часть 1., М.: 2001.

Чрезвычайные ситуации – энциклопедия школьника, под общей редакцией С.К. Шайгу, 2004.

Согласовано с заместителем
директора по учебной работе

_____ С.А.Якубенко

