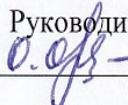


Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа № 18»

СОГЛАСОВАНО Руководитель МО  -О.С. Орлова протокол от 07.06.2021 № <u>7</u>	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР МАОУ «СОШ №18»  М.А. Макарова протокол от 07.06.2021 № 5	УТВЕРЖДЕНО приказом директора МАОУ «СОШ №18» от 07.06.2021 № 109-д
---	---	---

**Рабочая программа учебного предмета**

**«Основы безопасности жизнедеятельности»**

**10 класс**

Составитель программы: Бичевин А.А.

г. Улан-Удэ-2021

## Пояснительная записка

**Ключевая идея программы «Основы безопасности жизнедеятельности»** — повышение индивидуальной компетентности и культуры безопасного поведения школьника, осознание ответственности за благополучие и безопасность общества.

### **Основные цели изучения предмета ОБЖ:**

- содействие повышению уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества, государства от внешних и внутренних угроз;
- содействие снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование основ экологического мышления, осознание влияния культуры безопасности жизнедеятельности и социально-экономических процессов на состояние природной среды, приобретение опыта природоохранной деятельности;
- осознание ответственности и потребности в формировании культуры семейных отношений на основе принятия ценностей семейной жизни — любви, равноправия, заботы, ответственности;
- профилактика асоциального поведения учащихся, формирование антиэкстремистского и антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков.

Достижение целей обеспечивается решением следующих **задач** в образовательном процессе:

- обучение учащихся стратегии и тактике безопасности жизнедеятельности, обеспечивающее усвоение знаний о правах и обязанностях личности, общества и государства в области безопасности, о здоровом образе жизни, формирование умений предвидеть и распознавать опасности, грамотно действовать, используя индивидуальные и коллективные средства защиты, оказывать первую помощь, реализуя стратегию минимизации негативных последствий для собственного здоровья, благополучия других людей и среды обитания;
- воспитание чувства личной сопричастности и ответственности за обеспечение индивидуальной, общественной (социальной) и государственной безопасности; четкой правовой гражданской позиции по сохранению социального мира, по правовому поведению в социальных конфликтах; ценностного отношения к любой жизни, к своему здоровью, здоровью людей и среде обитания;
- развитие личных духовных и физических качеств: самодисциплины, самоконтроля, самооценки собственной культуры безопасного поведения и деятельности, обеспечивающих личную и общественную безопасность.

### **Ценности в контексте формирования ЗОЖ.**

Основы здорового образа жизни, как правило, основываются на ценностях самого человека. Можно выделить ряд таких ориентиров, позволяющих развиваться, самосовершенствоваться, быть здоровым и активным. Итак, это:

Физиологическое здоровье, выносливость и умение достигать целей занимаясь спортом

- физиологическое здоровье;
- уверенность в собственных силах;

- благоприятная экономическая, политическая обстановка в государстве;
- наличие жизненной мудрости;
- свободный выбор, наличие собственной точки зрения;
- самостоятельность во всех ее проявлениях;
- благополучие и счастье в семейной жизни;
- любование красотой природы, предметами искусства;
- чувство любви;
- наличие друзей, на которых можно положиться;
- интересная работа;
- материальное благополучие;
- реализация через творчество;
- удовлетворение от жизни, результатов деятельности

### **Общая характеристика учебного предмета**

В современном мире всевозможные опасные чрезвычайные ситуации природного и техногенного и социального характера становятся объективной реальностью. Вопросы безопасности государства и проживающих в нем людей становится наиболее приоритетными. Обстановка, складывающаяся в стране в области безопасности, требует пересмотра системы обучения и подготовки молодого поколения на основе комплексного подхода в формировании у них современного уровня культуры безопасности. Такой подход будет способствовать снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства в целом от внешних и внутренних угроз, связанных с различными опасными и чрезвычайными ситуациями.

- развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;

- овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья;

- действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

Реализация программы направлена на изучение учащимися тем в области безопасности жизнедеятельности, с учетом их потребностей в повышении уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства. Также она поможет определить направление самостоятельной подготовки в области безопасности жизнедеятельности в выбранной профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учетом своих возможностей потребностей.

**Актуальность** преподавания ОБЖ по предлагаемой программе отличается тем, что в последнее время очевидна тенденция к ухудшению состояния здоровья населения России. Это связано с событиями, происходящими в нашей стране, с увеличением частого проявления разрушительных сил природы, числа промышленных аварий и катастроф, опасных ситуаций социального характера и отсутствия навыков разумного поведения в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях.

В деле защиты населения в опасных и чрезвычайных ситуациях возрастает роль и ответственность системы образования за подготовку обучающихся по вопросам, относящимся к области безопасности жизнедеятельности. Остро возникает необходимость

выработки у населения привычек здорового образа жизни.

#### **Место учебного предмета в учебном плане:**

в соответствии с учебным планом школы рабочая программа рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю)

В соответствии с учебным планом предмет изучается в 10-11 классах по одному часу в неделю: 35 часов в 10 классе и 35 часов в 11 классе (всего 70 часов). По окончании 10 класса проводятся учебные сборы по основам военной службы продолжительностью 35 часов. Программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» призвана способствовать освоению учащимися теоретических знаний и практических умений в обеспечении личной и общественной безопасности в настоящем и будущем, в формировании культуры безопасного поведения и деятельности с учетом индивидуальных особенностей. Курс ОБЖ является интегрированным, т. е. объединяет несколько предметных областей (экология, физическая культура, охрана труда, гражданская оборона, начальная военная подготовка, основы медицинских знаний) по проблеме безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Предметные результаты освоения курса ОБЖ ориентированы на освоение обучающимися в рамках интегрированного курса ключевых теорий, идей, понятий, фактов и способов действий совокупности предметов, относящихся к единой предметной области и обеспечивающих реализацию мировоззренческих, воспитательных и развивающих задач по формированию культуры безопасности жизнедеятельности.

**Принципами отбора содержания** материала программы являются:

системность;

научность;

доступность;

интегративность;

возможность практического применения полученных знаний;

природосообразность: учет возрастных психофизических особенностей и потребностей старшеклассников, актуализация субъектной позиции обучающихся по социальноправовой подготовке в области безопасности жизнедеятельности;

культуросообразность — расширение представлений о ценности, значимости культуры безопасности жизнедеятельности личности и общества, о ее месте и роли в совокупном комплексе общей культуры жизнедеятельности человека и общества в современной среде обитания;

-реалистичность, с точки зрения возможности усвоения основного содержания программы.

**Данная программа составлена на основании таких нормативно-правовых документов:**

Конституция РФ.

Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".

Закон Республики Бурятия от 13.12.2013 № 240-V «Об образовании в Республике Бурятия».

Федеральный государственный образовательный стандарт 2012 г. с изменениями.

Примерная программа. Физическая культура 5-11 классы. М., Просвещение, 2017;

Санитарно-эпидемиологических правил и нормативов СанПиН 2020 г.

Устав МАОУ «СОШ №18»

Образовательная программа основного общего образования МАОУ «СОШ №18»

Локальные акты

В учебном плане на изучение предмета «ОБЖ» отводится 34 часа в год (1 час в неделю).

### **Возрастные особенности учащихся 10 классов.**

**Характеристика юношеского возраста и виды деятельности старших школьников.** Юношеский возраст в современной культуре не имеет цельного, глубокого, сущностного описания по ряду причин. Во-первых, юношеское становление более зависимо от экономической и политической ситуации (в отличие от предыдущих возрастов). Во-вторых, культурно-исторически юношеский возраст, как и подростковый, не получил еще четкого оформления и является неким «коридором» между детством и взрослой жизнью. И, в-третьих, социальные задачи, которые человек реализует в этом возрасте, меняются практически каждое десятилетие.

Тем не менее, сегодня уже можно говорить о принципиальной культурной специфике юношеского возраста. В целом эта специфика связана с базовым возрастным процессом – поиском идентичности на мировоззренческом уровне. Таким образом, ведущей деятельностью данного периода жизни человека является самоопределение как практика становления, связанная с конструированием возможных образов будущего, проектированием и планированием в нем своей индивидуальной траектории (своего пути).

Процессы самоопределения реализуются через осуществление набора проб и приобретение опыта подготовки к принятию решений о мере, содержании и способе своего участия в образовательных и социальных практиках, которые могут выражаться в разных формах. В качестве таких форм для юношества выступают:

1. внутренний мир и самопознание;
2. любовь и семья;
3. ценности и товарищество;
4. интересы и профессия;
5. мораль и общественная позиция.

Сценарный характер активности отличает юношу от подростка. Для современного юноши сценарии образовательных событий, проектов носят характер задуманного пробного действия. Тем не менее, нельзя напрямую связывать сценарный характер юношеского действия с якобы предрасположенностью к проектированию – для данного возраста важен, прежде всего, «проект себя самого» – своих настоящих и будущих возможностей. Принято выделять три периода в становлении юношеского возраста. Первый период связан с постановкой жизненных целей, второй – с определением условий дальнейшего развития человека, а третий – с определением ресурсов для достижения задуманных целей. Старший школьный возраст главным образом связан с задачами первого периода юношеского возраста.

Важнейшей спецификой юношеского возраста является его активная включенность в существующие проблемы современности. Юношеские практики становления всегда по-настоящему рискованны – находятся на острие проблем.

Становление юноши это попытка обретения практического мышления. Поэтому единицей организации содержания образования в старшей школе должна стать «проблема» и проблемная организация учебного материала, предполагающая преодоление задачно-целевой организации учебной деятельности и выход в следующий управляющий контур – в пространство «смыслов», «горизонтов», «возможностей».

Практики реализуются через технологическую организацию жизнедеятельности. Поэтому старшая школа должна строиться не по принципу предметных профилей, а на основе технологических профилей, где материал предмета является средством введения в ту или иную общественно-производственную практику (например: инженерно-технологический профиль, био-технологический профиль, профиль образовательных технологий, полит-технологический профиль, профиль средств массовых коммуникаций, информационно-технологический профиль...).

Так построенное юношеского образование требует и иных педагогических позиций. Взрослый в таком типе образования сам должен быть носителем определенной темы и проекта, иначе он теряет значение для молодых людей.

#### **Виды деятельности старших школьников:**

- Учебно-образовательная деятельность в стартовых формах университетского образования (лекции, семинары, тренинги, практикумы, стажировки и т.п.).
- Индивидуальная учебная деятельность в рамках индивидуальной образовательной программы старшеклассника, обучение в системе экстерната, обучение в заочных школах.
- Конструкторско-исследовательская деятельность по конкретной профильной теме.
- Организационно-проектная социальная деятельность в рамках индивидуальной образовательной программы старшеклассника.
- Деятельность по формированию своего профессионального, личностного и гражданского самоопределения (стажировки, пробы, рефлексивные сессии).

#### **Задачи, решаемые старшими школьниками разными видами деятельности**

- Освоить стартовые формы университетского образования и связанные с этим способы личностной организации.
- Выработать приемы и методы организации индивидуальной учебной деятельности. Овладеть приемами систематизации, типологизации и классификации знаний.
- Выделить сферу своих интересов в связи с современными экономическими, политическими, социальными и научными проблемами. Освоить экспериментальные и поисковые формы организации деятельности.
- Овладеть стартовыми методиками организации коллектива.
- Сформировать стартовые представления о сфере своих профессиональных интересов, оформить социальные амбиции, овладеть методами личностной организации.

#### **Требования к результатам обучения**

##### **Личностные результаты:**

- развитие духовных и физических качеств, определяющих готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению на основе социально одобряемых и рекомендуемых моделей безопасного поведения, определяющих качество формирования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания;
- формирование потребности и осознанной мотивации в следовании правилам здорового образа жизни, в осознанном соблюдении норм и правил безопасности жизнедеятельности в учебной, трудовой, досуговой деятельности;
- развитие готовности и способности к непрерывному самообразованию с целью совершенствования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению своего здоровья, здоровья других людей и окружающей природной среды обитания;
- формирование гуманистических приоритетов в системе ценностно-смысловых установок мировоззренческой сферы обучающихся, отражающих личностную и гражданскую позиции в осознании национальной идентичности, соблюдение принципа толерантности во взаимодействии с людьми в поликультурном социуме;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

**Метапредметные результаты** предполагают формирование универсальных учебных действий, определяющих развитие умения учиться.

Таким образом, учащиеся приобретают: умения познавательные, интеллектуальные (аналитические, критические, проектные, исследовательские, работы с информацией: поиска, выбора, обобщения, сравнения, систематизации и интерпретации):

- формулировать личные понятия о безопасности и учебно-познавательную проблему (задачу);
- анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;
- выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- генерировать идеи, моделировать индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; планировать - 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;
- находить, обобщать и интерпретировать информацию с использованием учебной литературы по безопасности жизнедеятельности, словарей, Интернета, СМИ и других информационных ресурсов;
- применять теоретические знания в моделировании ситуаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни; умения коммуникативные:
- взаимодействовать с окружающими, вести конструктивный диалог, понятно выражать свои мысли, слушать собеседника, признавать право другого человека на иное мнение;
- выполнять различные социальные роли в обычной и экстремальной ситуациях, в решении вопросов по обеспечению безопасности личности, общества, государства; умения регулятивные (организационные):
- саморегуляция и самоуправление собственным поведением и деятельностью — построение индивидуальной образовательной траектории;
- владение навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности;
- владение навыками познавательной рефлексии (осознание совершаемых действий и мыслительных процессов, границ своего знания и незнания) для определения новых познавательных задач и средств их достижения;
- владение практическими навыками первой помощи, физической культуры, здорового образа жизни, экологического поведения, психогигиены.

**Предметные результаты** предполагают формирование основ научного (критического, исследовательского) типа мышления на основе научных представлений о стратегии и тактике безопасности жизнедеятельности;

о подходах теории безопасности жизнедеятельности к изучению опасных и чрезвычайных ситуаций;

о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства;

о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени;

о социально-демографических и экологических процессах на территории России; о подготовке населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, включая противодействие экстремизму, терроризму, наркотизму;

о здоровом образе жизни;

об оказании первой помощи при неотложных состояниях;

о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности, о военно-силовых ресурсах государства по защите населения и территорий; в ценностно-ориентационной сфере:

- ценностные установки, нравственные ориентиры, стратегические приоритеты, мотивы, потребности, принципы мышления и поведения, обеспечивающие выработку индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, экологического мировоззрения и мотивации, антиэкстремистского поведения, гражданской позиции, умения предвидеть опасные ситуации, выявлять их причины и возможные последствия, проектировать модели безопасного поведения;
- осознание личной ответственности за формирование культуры семейных отношений; в коммуникативной сфере:

- умение находить необходимую информацию по вопросам безопасности здоровья, адекватно информировать окружающих и службы экстренной помощи об опасной ситуации;

- умение сотрудничать с другими людьми, выполнять совместно необходимые действия по минимизации последствий экстремальной ситуации;

- стремление и умение находить компромиссное решение в сложной ситуации; в эстетической сфере:

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира;
- умение различать эргономичность, эстетичность и безопасность объектов и среды обитания (жизнедеятельности); в бытовой, трудовой и досуговой сфере:

- грамотное обращение с бытовыми приборами, техническими устройствами;

- соблюдение правил дорожного движения и поведения на транспорте;

- соблюдение правил отдыха в загородной зоне; • знание номеров телефонов для вызова экстренных служб;

- умение оказывать первую помощь;

- правоохранительное поведение в социальной и природоохранной сфере; в сфере физической культуры и здорового образа жизни:

- накопление опыта физического и психического совершенствования средствами спортивно-оздоровительной деятельности, здорового образа жизни;

- выработка привычки к соблюдению правил техники безопасности при развитии физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, координации, скоростных качеств, обеспечивающих двигательную активность;

- соблюдение рационального режима труда и отдыха для того, чтобы выдерживать высокую умственную нагрузку старшеклассников, осуществлять профилактику утомления и дистресса здоровыми способами физической активности;

- умение правильно оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой и в экстремальных ситуациях.

**Структурные компоненты программы ОБЖ - три содержательных модуля:**

- 1) основы безопасности личности, общества, государства в современной среде обитания;
- 2) основы обороны государства и военная безопасность;
- 3) основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

## **Содержание курса. 10 класс**

### **Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства**

#### **Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.**

Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности. Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

**Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства.** Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности. Защита национальной безопасности государства от военных угроз. Защита личности, общества, государства от угроз социального характера. Противодействие экстремизму. Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.

#### **Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях.**

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.

### **Раздел 2. Военная безопасность государства**

#### **Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность.**

Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения. Защита населения и территорий от радиационной опасности. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения. Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.

**Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз.** Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Военская обязанность и военная служба. Права и обязанности военнослужащих. Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

### **Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

**Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания.** Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья. Здоровый образ жизни и его составляющие. Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики. Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.

#### **Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях.**

Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок. Правила оказания первой помощи при травмах. Первая помощь при кровотечениях, ранениях. Первая помощь: сердечно-легочная реанимация. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.

**Внеурочная деятельность по предмету:** участие в конкурсах, НПК, олимпиадах различных уровней.

В условиях пандемии изучение материала может осуществляться на таких образовательных платформах, как: ЯКласс, РЭШ. Образовательные ролики с Ютуб так же могут быть использованы в качестве обучающих ресурсов. Связь с учениками осуществляется через Вайбер, электронный журнал. Обучение может вестись дистанционно с использованием образовательной платформы РЭШ, ZOOM (облачной платформы для проведения онлайн уроков).

**Внеурочная деятельность по предмету согласно календарного плана рабочей программы воспитания:** участие в школьном этапе ВОШ (сентябрь-октябрь), НПК «Шаг в будущее» (январь), в конкурсах проектов, рисунков, плакатов на оздоровительную тематику (февраль, апрель-май).

#### Тематическое планирование

Наименование разделов программы	Количество часов на раздел, тему	Виды учебной деятельности	Виды контроля.
<p><b>Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства</b> Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.</p>	<p>14</p> <p>4</p>	<p>Актуализируют ранее полученные знания о роли государства в обеспечении безопасности личности и общества.</p> <p>Характеризуют значение культуры безопасности жизнедеятельности личности и общества в современном мире.</p> <p>Формулируют личные понятия о безопасности.</p> <p>Изучают задачи создания научной теории безопасности жизнедеятельности.</p> <p>Характеризуют стратегию и тактику управления безопасностью жизнедеятельности.</p> <p>Выявляют общие принципы, закономерности и механизмы адаптации человека.</p> <p>Характеризуют медико- биологические основы здоровья человека.</p>	<p>беседа,</p> <p>составление плана,</p> <p>выполнение заданий к параграфам,</p> <p>тест</p>

<p>Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства</p>	<p>5</p>	<p>Характеризуют и формулируют основное содержание федеральных законов и подзаконных актов. Рассматривают нормы международного права и положения Конституции Российской Федерации по правам человека. Анализируют военные угрозы национальной безопасности России. Характеризуют Стратегию национальной безопасности. Работают с текстом. Анализируют военную политику государства. Приводят примеры вооруженных конфликтов; локальных, региональных и крупномасштабных войн. Работают с интерактивными схемами и заданиями. Характеризуют внутренние опасности России. Устанавливают и сравнивают разные точки зрения. Изучают федеральные законы по защите от экстремизма. Характеризуют основные принципы и направления противодействия экстремизму. Определяют направления деятельности спецслужб и правоохранительных органов. Характеризуют меры противодействия терроризму и наркотизму. Изучают федеральные законы по защите населения от социальных угроз. Приобретают навыки противостояния социальным угрозам, вырабатывают нравственные качества и убеждения.</p>	<p>беседа, составление плана, выполнение заданий к параграфам, тест</p>
<p>Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях.</p>	<p>5</p>	<p>Рассматривают территориальные и функциональные подсистемы, режим функционирования РСЧС. Характеризуют структуру и содержание плана действий по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Формулируют основные задачи и формы обучения в области гражданской обороны. Характеризуют предназначение и основные задачи гражданской</p>	<p>беседа, составление плана, выполнение заданий к параграфам, тест</p>

		<p>обороны.  Рассматривают структуру и органы управления.  Изучают основные меры защиты населения от чрезвычайных ситуаций.  Называют права и обязанности граждан в области гражданской обороны.  Совершенствуют практические навыки и умения при выполнении действий по сигналам оповещения.  Характеризуют опасные природные явления и их последствия, перечисляют поражающие факторы и особенности чрезвычайных ситуаций природного характера.  Закрепляют правила безопасного поведения в зоне чрезвычайных ситуаций природного характера.  Характеризуют чрезвычайные ситуации техногенного характера.  Закрепляют правила безопасного поведения в зоне чрезвычайных ситуаций техногенного характера.  Характеризуют правила безопасного поведения при оповещении об аварии с выбросом аварийно-химически опасных веществ.  Работают в группах.  Решают ситуационные задачи, выполняют интерактивные задания.  Закрепляют и совершенствуют правила безопасного поведения на транспорте.  Выясняют роль инженерной защиты в системе мер по защите населения.  Объясняют необходимость добровольного и обязательного страхования.</p>	
<p><b>Раздел 2.</b>  <b>Военная безопасность государства</b>  Глава 4. Чрезвычайные</p>	<p><b>10</b>  <b>5</b></p>	<p>Рассматривают чрезвычайные ситуации военного характера и различные виды оружия массового поражения.  Характеризуют индивидуальные и коллективные средства защиты населения.</p>	<p>беседа, составление плана, выполнение заданий к параграфам,</p>

<p>ситуации военного характера и безопасность.</p>		<p>Характеризуют радиационную безопасность населения и территорий. Формулируют общие рекомендации при угрозе ядерного заражения. Работают с интерактивными схемами и заданиями. Рассматривают средства коллективной защиты населения. Закрепляют знания о защитных свойствах и характерных особенностях убежищ и укрытий. Характеризуют особенности противорадиационного укрытия. Актуализируют знания по экологической безопасности. Характеризуют источники биолого- социальной и экологической опасности. Изучают характеристику биологических чрезвычайных ситуаций. Актуализируют полученные ранее знания о специальных и простейших средствах индивидуальной защиты органов дыхания. Характеризуют виды и особенности противогазов. Совершенствуют умения и навыки практического применения средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.</p>	<p>тест</p>
<p>Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз.</p>	<p><b>5</b></p>	<p>Характеризуют структуру и анализируют организационную основу Вооруженных Сил Российской Федерации. Расширяют знания о структуре Вооруженных Сил. Анализируют состав и основные задачи Вооруженных Сил Российской Федерации. Актуализируют знания и дают краткую характеристику видов Вооруженных Сил. Закрепляют знание федеральных законов. Определяют главное предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации. Закрепляют знание законодательных основ</p>	<p>беседа, составление плана, выполнение заданий к параграфам, тест</p>

		<p>военной службы в Вооруженных Силах Российской Федерации.</p> <p>Определяют структуру и содержание воинской обязанности.</p> <p>Рассматривают законодательные основы социальной защиты военнослужащих.</p> <p>Изучают права и обязанности военнослужащих.</p> <p>Характеризуют общие, должностные, специальные обязанности военнослужащих,</p> <p>виды поощрений и дисциплинарных взысканий.</p> <p>Характеризуют боевые традиции и структуру воинских ритуалов.</p> <p>Изучают порядок проведения наиболее важных ритуалов Вооруженных Сил Российской Федерации.</p> <p>Работают в группах.</p> <p>Решают ситуационные задачи</p>	
<p><b>Раздел 3.</b></p> <p><b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b></p> <p>Глава 6.</p> <p>Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания.</p>	<p><b>10</b></p> <p><b>5</b></p>	<p>Объясняют социальную обусловленность здоровья человека в современной среде обитания.</p> <p>Анализируют понятия «индивидуальное здоровье» и «общественное здоровье».</p> <p>Делают умозаключения и формулируют выводы.</p> <p>Раскрывают сущность понятия «здоровый образ жизни», его значение и составляющие.</p> <p>Формируют целостное представление о здоровом образе жизни как средстве обеспечения общего благополучия человека.</p> <p>Расширяют знания об инфекционных заболеваниях и методах их профилактики.</p> <p>Перечисляют источники инфекционных заболеваний и факторы риска.</p> <p>Характеризуют меры профилактики инфекционных заболеваний.</p> <p>Актуализируют знания об основных неинфекционных заболеваниях.</p>	<p>беседа,</p> <p>составление плана,</p> <p>выполнение заданий к параграфам,</p> <p>тест</p>

		<p>Перечисляют и характеризуют факторы риска неинфекционных и сердечно-сосудистых заболеваний.</p> <p>Объясняют меры профилактики.</p> <p>Формируют целостное представление о культуре взаимоотношений юношей и девушек.</p> <p>Изучают и анализируют симптомы, последствия заболеваний, передающихся половым путем, и меры профилактики.</p> <p>Систематизируют знания по данной теме.</p>	
<p>Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях.</p>	5	<p>Актуализируют знания по оказанию помощи при неотложных состояниях.</p> <p>Характеризуют неотложные состояния, требующие оказания первой помощи.</p> <p>Работают с интерактивными заданиями.</p> <p>Актуализируют и расширяют знания по данной теме.</p> <p>Практически отрабатывают порядок оказания первой помощи при травмах.</p> <p>Перечисляют противошоковые мероприятия.</p> <p>Характеризуют виды кровотечений и способы их остановки.</p> <p>Расширяют и систематизируют свои знания по данной теме.</p> <p>Практически отрабатывают умения остановки кровотечений различными способами.</p> <p>Перечисляют порядок действий при оказании первой помощи при ушибах, вывихах, растяжении связок и переломах.</p> <p>Систематизируют знания об иммобилизации и транспортировке.</p> <p>Демонстрируют практические умения.</p> <p>Систематизируют и расширяют знания о проведении сердечно- легочной</p>	<p>беседа, составление плана, выполнение заданий к параграфам, тест</p>

		<p>реанимации.          Практически отрабатывают умения.          Характеризуют признаки жизни и признаки смерти.          Перечисляют порядок оказания реанимационных мероприятий.</p>	
--	--	---	--

### **Основы безопасности жизнедеятельности**

В результате изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на уровне среднего общего образования:

#### **Выпускник на базовом уровне научится:**

Основы комплексной безопасности

Комментировать назначение основных нормативных правовых актов, определяющих правила и безопасность дорожного движения;

использовать основные нормативные правовые акты в области безопасности дорожного движения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;

оперировать основными понятиями в области безопасности дорожного движения;

объяснять назначение предметов экипировки для обеспечения безопасности при управлении двухколесным транспортным средством;

действовать согласно указанию на дорожных знаках;

пользоваться официальными источниками для получения информации в области безопасности дорожного движения;

прогнозировать и оценивать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира или водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для сохранения жизни и здоровья (своих и окружающих людей);

составлять модели личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на дороге (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств);

комментировать назначение нормативных правовых актов в области охраны окружающей среды;

использовать основные нормативные правовые акты в области охраны окружающей среды для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;

оперировать основными понятиями в области охраны окружающей среды;

распознавать наиболее неблагоприятные территории в районе проживания;

описывать факторы экориска, объяснять, как снизить последствия их воздействия;

определять, какие средства индивидуальной защиты необходимо использовать в зависимости от поражающего фактора при ухудшении экологической обстановки;

опознавать организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды, для обращения в случае необходимости;

опознавать, для чего применяются и используются экологические знаки;

пользоваться официальными источниками для получения информации об экологической безопасности и охране окружающей среды;

прогнозировать и оценивать свои действия в области охраны окружающей среды;  
составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и при ухудшении экологической обстановки;  
распознавать явные и скрытые опасности в современных молодежных хобби;  
соблюдать правила безопасности в увлечениях, не противоречащих законодательству РФ;  
использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за противоправные действия и асоциальное поведение во время занятий хобби;  
пользоваться официальными источниками для получения информации о рекомендациях по обеспечению безопасности во время современных молодежными хобби;  
прогнозировать и оценивать последствия своего поведения во время занятий современными молодежными хобби;  
применять правила и рекомендации для составления модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби;  
распознавать опасности, возникающие в различных ситуациях на транспорте, и действовать согласно обозначению на знаках безопасности и в соответствии с сигнальной разметкой;  
использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за асоциальное поведение на транспорте;  
пользоваться официальными источниками для получения информации о правилах и рекомендациях по обеспечению безопасности на транспорте;  
прогнозировать и оценивать последствия своего поведения на транспорте;  
составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте.

#### Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций

Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;  
использовать основные нормативные правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; оперировать основными понятиями в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;  
раскрывать составляющие государственной системы, направленной на защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;  
приводить примеры основных направлений деятельности государственных служб по защите населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения;  
приводить примеры потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, характерных для региона проживания, и опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;  
объяснять причины их возникновения, характеристики, поражающие факторы, особенности и последствия;  
использовать средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля;  
действовать согласно обозначению на знаках безопасности и плане эвакуации;  
вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;

прогнозировать и оценивать свои действия в области обеспечения личной безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;  
пользоваться официальными источниками для получения информации о защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;  
составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации  
Характеризовать особенности экстремизма, терроризма и наркотизма в Российской Федерации;

объяснять взаимосвязь экстремизма, терроризма и наркотизма;

оперировать основными понятиями в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;

раскрывать предназначение общегосударственной системы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму;

объяснять основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму;

комментировать назначение основных нормативных правовых актов, составляющих правовую основу противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;

описывать органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;

пользоваться официальными сайтами и изданиями органов исполнительной власти, осуществляющих противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации, для обеспечения личной безопасности;

использовать основные нормативные правовые акты в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;

распознавать признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;

распознавать симптомы употребления наркотических средств;

описывать способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств;

использовать официальные сайты ФСБ России, Министерства юстиции Российской Федерации для ознакомления с перечнем организаций, запрещенных в Российской Федерации в связи с экстремистской и террористической деятельностью;

описывать действия граждан при установлении уровней террористической опасности;

описывать правила и рекомендации в случае проведения террористической акции;

составлять модель личного безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.

Основы здорового образа жизни

Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области здорового образа жизни;

использовать основные нормативные правовые акты в области здорового образа жизни для изучения и реализации своих прав;  
оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни;  
описывать факторы здорового образа жизни;  
объяснять преимущества здорового образа жизни;  
объяснять значение здорового образа жизни для благополучия общества и государства;  
описывать основные факторы и привычки, пагубно влияющие на здоровье человека;  
раскрывать сущность репродуктивного здоровья;  
распознавать факторы, положительно и отрицательно влияющие на репродуктивное здоровье;  
пользоваться официальными источниками для получения информации о здоровье, здоровом образе жизни, сохранении и укреплении репродуктивного здоровья.

#### Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области оказания первой помощи;

использовать основные нормативные правовые акты в области оказания первой помощи для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;

оперировать основными понятиями в области оказания первой помощи;

отличать первую помощь от медицинской помощи;

распознавать состояния, при которых оказывается первая помощь, и определять мероприятия по ее оказанию;

оказывать первую помощь при неотложных состояниях;

вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;

выполнять переноску (транспортировку) пострадавших различными способами с использованием подручных средств и средств промышленного изготовления;

действовать согласно указанию на знаках безопасности медицинского и санитарного назначения;

составлять модель личного безопасного поведения при оказании первой помощи пострадавшему;

комментировать назначение основных нормативных правовых актов в сфере санитарно-эпидемиологическом благополучия населения;

использовать основные нормативные правовые акты в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;

оперировать понятием «инфекционные болезни» для определения отличия инфекционных заболеваний от неинфекционных заболеваний и особо опасных инфекционных заболеваний;

классифицировать основные инфекционные болезни;

определять меры, направленные на предупреждение возникновения и распространения инфекционных заболеваний;

действовать в порядке и по правилам поведения в случае возникновения эпидемиологического или бактериологического очага.

#### Основы обороны государства

Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области обороны государства;

характеризовать состояние и тенденции развития современного мира и России;

описывать национальные интересы РФ и стратегические национальные приоритеты;

приводить примеры факторов и источников угроз национальной безопасности, оказывающих негативное влияние на национальные интересы России;

приводить примеры основных внешних и внутренних опасностей;

раскрывать основные задачи и приоритеты международного сотрудничества РФ в рамках реализации национальных интересов и обеспечения безопасности;

разъяснять основные направления обеспечения национальной безопасности и обороны РФ;

оперировать основными понятиями в области обороны государства;

раскрывать основы и организацию обороны РФ;

раскрывать предназначение и использование ВС РФ в области обороны;

объяснять направление военной политики РФ в современных условиях;

описывать предназначение и задачи Вооруженных Сил РФ, других войск, воинских формирований и органов в мирное и военное время;

характеризовать историю создания ВС РФ;

описывать структуру ВС РФ;

характеризовать виды и рода войск ВС РФ, их предназначение и задачи;

распознавать символы ВС РФ;

приводить примеры воинских традиций и ритуалов ВС РФ.

#### Правовые основы военной службы

Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области воинской обязанности граждан и военной службы;

использовать нормативные правовые акты для изучения и реализации своих прав и обязанностей до призыва, во время призыва, во время прохождения военной службы, во время увольнения с военной службы и пребывания в запасе;

оперировать основными понятиями в области воинской обязанности граждан и военной службы;

раскрывать сущность военной службы и составляющие воинской обязанности гражданина РФ;

характеризовать обязательную и добровольную подготовку к военной службе;

раскрывать организацию воинского учета;

комментировать назначение Общевоинских уставов ВС РФ;

использовать Общевоинские уставы ВС РФ при подготовке к прохождению военной службы по призыву, контракту;

описывать порядок и сроки прохождения службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы;

объяснять порядок назначения на воинскую должность, присвоения и лишения воинского звания;

различать военную форму одежды и знаки различия военнослужащих ВС РФ;

описывать основание увольнения с военной службы;

раскрывать предназначение запаса;

объяснять порядок зачисления и пребывания в запасе;  
раскрывать предназначение мобилизационного резерва;  
объяснять порядок заключения контракта и сроки пребывания в резерве.

#### Элементы начальной военной подготовки

Комментировать назначение Строевого устава ВС РФ;  
использовать Строевой устав ВС РФ при обучении элементам строевой подготовки;  
оперировать основными понятиями Строевого устава ВС РФ;  
выполнять строевые приемы и движение без оружия;  
выполнять воинское приветствие без оружия на месте и в движении, выход из строя и возвращение в строй, подход к начальнику и отход от него;  
выполнять строевые приемы в составе отделения на месте и в движении;  
приводить примеры команд управления строем с помощью голоса;  
описывать назначение, боевые свойства и общее устройство автомата Калашникова;  
выполнять неполную разборку и сборку автомата Калашникова для чистки и смазки;  
описывать порядок хранения автомата;  
различать составляющие патрона;  
снаряжать магазин патронами;  
выполнять меры безопасности при обращении с автоматом Калашникова и патронами в повседневной жизнедеятельности и при проведении стрельб;  
описывать явление выстрела и его практическое значение;  
объяснять значение начальной скорости пули, траектории полета пули, пробивного и убойного действия пули при поражении противника;  
объяснять влияние отдачи оружия на результат выстрела;  
выбирать прицел и правильную точку прицеливания для стрельбы по неподвижным целям;  
объяснять ошибки прицеливания по результатам стрельбы;  
выполнять изготовку к стрельбе;  
производить стрельбу;  
объяснять назначение и боевые свойства гранат;  
различать наступательные и оборонительные гранаты;  
описывать устройство ручных осколочных гранат;  
выполнять приемы и правила снаряжения и метания ручных гранат;  
выполнять меры безопасности при обращении с гранатами;  
объяснять предназначение современного общевойскового боя;  
характеризовать современный общевойсковой бой;  
описывать элементы инженерного оборудования позиции солдата и порядок их оборудования;  
выполнять приемы «К бою», «Встать»;  
объяснять, в каких случаях используются перебежки и переползания;  
выполнять перебежки и переползания (по-пластунски, на полчетвереньках, на боку);  
определять стороны горизонта по компасу, солнцу и часам, по Полярной звезде и признакам местных предметов;  
передвигаться по азимутам;

описывать назначение, устройство, комплектность, подбор и правила использования противогаза, респиратора, общевойскового защитного комплекта (ОЗК) и легкого защитного костюма (Л-1);

применять средства индивидуальной защиты;

действовать по сигналам оповещения исходя из тактико-технических характеристик (ТТХ)

средств индивидуальной защиты от оружия массового поражения;

описывать состав и область применения аптечки индивидуальной;

раскрывать особенности оказания первой помощи в бою;

выполнять приемы по выносу раненых с поля боя.

Военно-профессиональная деятельность

Раскрывать сущность военно-профессиональной деятельности;

объяснять порядок подготовки граждан по военно-учетным специальностям;

оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военно-профессиональной деятельности;

характеризовать особенности подготовки офицеров в различных учебных и военно-учебных заведениях;

использовать официальные сайты для ознакомления с правилами приема в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

### **Выпускник на базовом уровне получит возможность научиться:**

Основы комплексной безопасности

Объяснять, как экологическая безопасность связана с национальной безопасностью и влияет на нее.

Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций

Устанавливать и использовать мобильные приложения служб, обеспечивающих защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций, для обеспечения личной безопасности.

Основы обороны государства

Объяснять основные задачи и направления развития, строительства, оснащения и модернизации ВС РФ;

приводить примеры применения различных типов вооружения и военной техники в войнах и конфликтах различных исторических периодов, прослеживать их эволюцию.

Элементы начальной военной подготовки

Приводить примеры сигналов управления строем с помощью рук, флажков и фанаря;

определять назначение, устройство частей и механизмов автомата Калашникова;

выполнять чистку и смазку автомата Калашникова;

выполнять нормативы неполной разборки и сборки автомата Калашникова;

описывать работу частей и механизмов автомата Калашникова при стрельбе;

выполнять норматив снаряжения магазина автомата Калашникова патронами;

описывать работу частей и механизмов гранаты при метании;

выполнять нормативы надевания противогаза, респиратора и общевойскового защитного комплекта (ОЗК).

## Военно-профессиональная деятельность

Выстраивать индивидуальную траекторию обучения с возможностью получения военно-учетной специальности и подготовки к поступлению в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России; оформлять необходимые документы для поступления в высшие военно-учебные заведения ВС РФ и учреждения высшего образования МВД России, ФСБ России, МЧС России.

## Используемый учебно-методический комплект

Учебно-методический комплект по основам безопасности жизнедеятельности Ким С. В., Горский В. А. Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень. 10—11 классы: учебник. — М.: Вентана-Граф.

Ким С. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10— 11 классы: рабочая программа. — М.: Вентана-Граф.

Ким С. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10— 11 классы: методическое пособие. — М.: Вентана-Граф

## КИМ

задания из учебника Ким С.В., Горский В.А. Основы безопасности жизнедеятельности 10-11 кл. (базов).

**Материально - техническое обеспечение :** ноутбук, проектор

**Список литературы (основной и дополнительной)**

**Для учителя:**

### Основная:

Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10—11 классов (авторы С. В. Ким, В. А. Горский). Вентана-Граф, 2019. — 400 с. — (Российский учебник). Базовый учебник Безопасность на дорогах и на транспорте / М. В. Иашвили, С. В. Петров. — Новосибирск: АРТА.

Гражданская защита: энциклопедический словарь С. К. Шойгу. — М.: ДЭКС-ПРЕСС.  
*Кисляков П. А., Петров С. В., Филанковский В. В.* Социальная безопасность личности, общества, государства: учебное пособие. — М.: Русский журнал.

Криминальные опасности и защита от них: учебное пособие / Г. Г. Гумеров, С. В. Петров. — Новосибирск: АРТА.

Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. — М.: Эксмо.

Опасности техногенного характера и защита от них: учебное пособие / С. В. Петров, И. В. Омельченко, В. А. Макашев. — Новосибирск: АРТА.

Основы обороны государства и военной службы: учебное пособие / А. Д. Корощенко, С. В. Петров. - Новосибирск: АРТА.

Патриотическое воспитание и военно-профессиональная ориентация учащихся 10—11 классов / А. А. Волокитин, Н. Н. Грачев, В. А. Жильцов и др. — М.: Дрофа.

*Петров С. В., Кисляков П. А.* Информационная безопасность: учебное пособие. — М.: Русский журнал.

*Селиванов И. П., Конорева И. А.* Локальные конфликты в XX веке: геополитика, дипломатия, войны. 10—11 классы: учебное пособие. — М.: Дрофа.

Энциклопедия педагогической валеологии (основные медико-психологические, экологические, педагогические и специальные термины, определения, понятия) / под ред. проф. Г. Я. Рябинына. — СПб.

*Дурнев Р. А., Смирнов А. Т.* Формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности школьников. 5—11 классы: методическое пособие. — М.: Дрофа.

*Евлахов В. М.* Основы безопасности жизнедеятельности. Методика проведения занятий в общеобразовательном учреждении: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.

*Латчук В. Н., Миронов С. К.* Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.

*Соловьев С. С.* Основы безопасности жизнедеятельности. Алкоголь, табак и наркотики — главные враги здоровья человека: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.

*Харьков Н. Г.* Стрелковая подготовка в курсе «Основы безопасности жизнедеятельности». 10—11 классы: методическое пособие. — М.: Дрофа.

*Иашивили М. В., Петров С. В.* Безопасность на дорогах и на транспорте: учебное пособие. — Новосибирск АРТА.

*Хромов Н. И.* Методика проведения практических занятий по основам военной службы. 10—11 классы: учебно-методическое пособие. — М.: Дрофа.

*Колодницкий Г. А., Кузнецов В. С., Петров С. В., Быструшкин С. К.* Прикладная физическая подготовка и основы самообороны: учебное пособие. — Новосибирск: АРТА.

*Вольхин С. Н., Ляшко В. Г., Снегирев А. В., Щербаков В. А.* Основы защиты от терроризма: учебное пособие. — М.: Дрофа.

*Петров С. В., Петрова А. С.* Правовое регулирование и органы обеспечения безопасности жизнедеятельности: учебное пособие. - Новосибирск: АРТА.

**Для учащихся:**

**Основная:**

Учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10—11 классов (авторы С. В. Ким, В. А. Горский). Вентана-Граф, 2019. — 400 с. — (Российский учебник). Базовый учебник

**Дополнительная:**

Основы безопасности жизнедеятельности. Справочник школьника. Ситников В.П. (1997, 447с.).

*Акимов В. А., Дурнев Р. А., Миронов С. К.* Защита от чрезвычайных ситуаций. 5—11 классы: энциклопедический справочник. — М.: Дрофа.

*Латчук В. Н., Миронов С. К.* Безопасность при пожарах: справочник по основам безопасности жизнедеятельности. — М.: Дрофа.

*Латчук В. Н., Миронов С. К.* Безопасность при террористических актах: справочник по основам безопасности жизнедеятельности. — М.: Дрофа.

При подготовке и проведении уроков по ОБЖ целесообразно использовать сайты «Фестиваль педагогических идей» (раздел ОБЖ) <http://festival.1september.ru/articles/subjects/12>, «Учительский портал» (раздел учителя ОБЖ) <http://uroki.net/docobgd.htm>, Методические пособия, статьи для обучения в сферах безопасности, здоровья, БЖД, ОБЖ, ПДД, ЗОЖ, педагогики, методики преподавания, школ, вузов (программы, учебники) [http://www.edu-all.ru/pages/links/all\\_links.asp?page=1&razdel=9](http://www.edu-all.ru/pages/links/all_links.asp?page=1&razdel=9)

Поурочные тематические календарные планы, разработки уроков, сценарии, правила, акты, приказы

по ОБЖ:

<http://sverdlovsk-school8.nm.ru/docobgd.htm>

<http://www.mchs.gov.ru> – Электронная версия газеты «Спасатель МЧС».

<http://pedsovet.org/forum/index.php?showtopic> – Основы безопасности жизнедеятельности.

Методика и

опыт.

Статьи и публикации. Учебники и пособия. Экзамены по ОБЖ, а также персональные сайты учителей ОБЖ и многие другие.

<http://edu.gov.ru> — официальный сайт Министерства просвещения Российской Федерации.

<http://minobrnauki.gov.ru> — Министерство науки и высшего образования Российской Федерации.

<http://mil.ru> — официальный сайт Министерства обороны Российской Федерации.

[www.mchs.gov.ru](http://www.mchs.gov.ru) — официальный сайт МЧС России.

<http://fcior.edu.ru/> — сайт Федерального центра информационно-образовательных ресурсов.

<http://www.garant.ru> — информационно-правовой портал «ГАРАНТ».

<http://rosuchebnik.ru> — корпорация «Российский учебник».

<http://www.ruor.org> — сайт Российского союза спасателей.

<http://www.school-obz.org> — сайт журнала МЧС России «Основы безопасности жизнедеятельности».

<http://school-collection.edu.ru> — Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов.

<http://rosolymp.ru> — информационный портал Всероссийской олимпиады школьников.

## Приложение.

### Календарный план

№	Тема урока	Кол-во часов на тему	примечание	Дата проведения		Домашнее задание
				план	факт	
<b>Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. 4 ч.</b>						
1.	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.	1				
2.	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1				

3.	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1				
4.	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.	1				
<b>Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства 5 часов.</b>						
5.	Правила и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности.	1				
6.	Защита национальной безопасности государства от военных угроз.	1				
7.	Защита личности, общества государства от угроз социального характера.	1				
8.	Противодействие экстремизму.	1				
9.	Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации. Контроль знаний (тестирование)	1				
<b>Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях. 5 часов.</b>						
10.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	1				
11.	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территории в чрезвычайных ситуациях.	1				
12.	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера.	1				
13.	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.	1				
14.	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.	1				
<b>Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность. 5 часов.</b>						
15.	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения.	1				

16.	Защита населения и территорий от радиационной опасности.	1				
17.	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.	1				
18.	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности.	1				
19.	Средство индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Контроль знаний (тестирование)	1				
<b>Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз. 5 часов.</b>						
20	Вооружённые Силы Российской Федерации: организационные основы.	1				
21.	Состав Вооружённых Сил Российской Федерации.	1				
22.	Воинская обязанность и военная служба.	1				
23.	Правила и обязанности военнослужащих.	1				
24.	Боевые традиции и ритуалы Вооружённых Сил Российской Федерации	1				
<b>Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания. 5 часов</b>						
25.	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья.	1				
26.	Здоровый образ жизни и его составляющие.	1				
27.	Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики.	1				
28	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.	1				
29.	Профилактика заболеваний передаваемых половым путём.	1				
<b>Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях. 5 часов</b>						
30.	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок.	1				
31.	Правила оказания первой помощи при травмах. Контроль Знаний (тестирование)	1				

32.	Первая помощь при кровотечениях, ранениях.	1				
33.	Первая помощь: сердечно-лёгочная реанимация.	1				
34	Повторение	1				

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575790

Владелец Макарова Елена Анатольевна

Действителен с 02.03.2022 по 02.03.2023