****

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
| **1. Пояснительная записка**  Рабочая  программа  курса «Основы безопасности жизнедеятельности» составлена на  основе Федерального компонента государственного стандарта среднего (полного) общего образования, примерной программы по «Основам Безопасности Жизнедеятельности», программы общеобразовательных учреждений «Основы Безопасности Жизнедеятельности» и обеспечена учебно-методическим комплектом под редакцией А.Т. Смирнов.  Настоящая программа конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта, дает последовательность изучения тем и разделов предмета  ОБЖ  с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса, возрастных особенностей учащихся, является основой для определения перечня учебного оборудования и приборов, необходимых для качественной организации учебного процесса.  Реализация программы позволит сформировать у обучаемых цельное представление по обеспечению защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз в Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности; поможет в определенной степени определить направление самостоятельной подготовки в области безопасности жизнедеятельности в выбранной профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учетом своих возможностей и потребностей.  Изучение основ безопасности жизнедеятельности направлено на достижение следующих  целей:   * *усвоение и закрепление учащимися знаний* об опасных и чрезвычайных ситуациях природного техногенного и социального характера, о влиянии их последствий на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства; об угрозе национальной безопасности России международного терроризма и наркобизнеса; о государственной системе обеспечения защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; об организационных основах борьбы с терроризмом и наркобизнесом в Российской Федерации; об организации подготовки населения страны к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; при угрозе террористического акта, о мерах профилактики наркомании; о роли здорового образа жизни по обеспечению демографической безопасности страны; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; * *усвоение учащимися содержания* основных положений Конституции Российской   Федерации и федеральных законов в области обороны государства и противодействия  терроризму; нормативно-правовых актов Российской Федерации, определяющих порядок  подготовки граждан к военной службе в современных условиях и меры противодействия  терроризму;   * усвоение знаний о предназначении основных функций и задач Вооруженных Сил Российской Федерации; видах Вооруженных Сил Российской Федерации и родах войск; о руководстве и управлении Вооруженными Силами Российской Федерации; участии Вооруженных Сил России в контр террористических операциях; Государственные и военные символы Российской Федерации;   + - * *формирование у учащихся современного* уровня культуры в области безопасности   жизнедеятельности, способностей осуществить выбор профессиональной деятельности, связанной  с обеспечением защиты жизненно важных интересов личности, общества и государства от  внешних и выполнению каждым гражданином Российской Федерации Конституционного долга и  обязанности по защите Отечества;   * + - * *развитие у учащихся личных* духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное   поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и  социального характера, в том числе при угрозе террористического акта; потребности в соблюдении  норм здорового образа; потребности к выполнению требований, предъявляемых к гражданину  России, в области безопасности жизнедеятельности; физических и морально-психологических  качеств, необходимых для выполнения гражданином обязанностей в профессиональной  деятельности, в том числе обязанностей военнослужащего по вооруженной защите Российской  Федерации, при прохождении военной службы по призыву или по контракту в современных  Вооруженных Силах Российской Федерации или других войсках.   * *Воспитание* у обучаемых ответственности за личную безопасность, безопасность общества   и государства;   * *Развитие* духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное   поведение человека в условиях в опасных и ЧС природного, техногенного и социального  характера;   * *Освоение* знаний о безопасном поведении человека в опасных и ЧС природного и   техногенного и социального характера;   * *Формирование* умений: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья.   Данная 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:   * умение самостоятельно и мотивировано организовать 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 пути  продолжения своего образования.  Рабочая программа по ОБЖ составлена на основе авторской программы по курсу «Основы  безопасности жизнедеятельности» в 10-11 классах общеобразовательных учреждений (автор  А.Т.Смирнов, изд-во «Просвещение», 2011).  В процессе обучения использовали программу общеобразовательных учреждений «Основы  безопасности жизнедеятельности» под общей редакцией А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова  1-11 классы, учебник: Смирнов А.Т., Хренников О.Б «Основы безопасности жизнедеятельности»,  10-11 класс. Данная программа курса ОБЖ для обучающихся в 10-11 классах  общеобразовательных учреждений разработана авторским коллективом в составе: А.Т.Смирнов, В.А.  Васнев, М.В. Маслов, Б.О.Хренников.  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. Обоснование выбора данной программы  является то, что она в соответствии со структурой школьного образования обеспечивает выстраивание  систематического курса , непрерывно развивающего знания учащихся в области ОБЖ.  Рабочая программа выполняет две основные функции:  информационно-методическую функцию, которая позволяет всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития обучающихся средствами данного учебного предмета;  организационно-планирующую функцию, которая предусматривает выделение этапов обучения, структурирование учебного материала, определение его количественных и качественных характеристик на каждом из этапов, в том числе для содержательного наполнения промежуточной аттестации обучающихся.  **Определение места учебного предмета**.  В соответствии с учебным планом в МБОУ СОШ №1 на изучение ОБЖ в 10-11 классах выделен 1 час,  в год 35 часов. В ходе изучения курса ОБЖ учащиеся получают сведения об обороне государства,  истории создания Вооруженных Сил, их организационной структуре, функции и основных задачах  боевых традициях и символах воинской чести, об основных воинских обязанностях. В целях  закрепления теоретических знаний и приобретения необходимых практически; навыков программой  курса предусмотрено проведение практических занятий в форме учебных сборов с юношами 10-го  класса на базе воинских частей, определяемыхвоенными комиссариатами  или на базе учебных  учреждений Российской оборонной спортивно-технической организации (РОСТО) в конце учебного  года. На проведение учебных сборов выделяется пять дней (40 часов учебного времени).  Структурно программа курса ОБЖ состоит из трех содержательных линий: безопасность и защита  человека в опасных и чрезвычайных ситуациях; основы медицинских знаний и здорового образа жизни,  основы военной службы. Изучение курса, позволяет обучающимся получить систематизированное  представление о личном здоровье, здоровом образе жизни, здоровье населения, об опасностях, о  прогнозировании опасных ситуаций, оценке влияния их последствий на здоровье и жизнь человека и  выработке алгоритма безопасного поведения с учетом своих возможностей. Содержание курса  включает теорию здорового образа жизни, защиты человека в различных ситуациях, первой  медицинской помощи, а также практические занятия по оказанию первой медицинской помощи,  правилам поведения в экстремальных ситуациях (через решение ситуационных задач, практических  навыков эвакуации, занятий в игровой форме, изучение в реальной обстановке возможных в  повседневной жизни опасных ситуаций). Курс «Основы безопасности жизнедеятельности и культура  здоровья» направлен на формирование у учащихся активных и сознательных действий в  настоящем и будущем, ориентированных на:  - улучшение собственного физического и психического здоровья;  - отказ в образе жизни от поведения, наносящего вред своему здоровью и здоровью окружающих;  - нетерпимое отношение к неправильному гигиеническому поведению других людей и к ухудшению  условий окружающей среды, наносящих ущерб здоровью;  - сознательное участие в охране здоровья и формировании среды, способствующей здоровью,  Особенно условий труда и быта;  - адекватное поведение в случае болезни, особенно хронической, направленной на выздоровление.  Преподавание курса ОБЖ в 10-11 классе проводит преподаватель-организатор курса ОБЖ.  В аттестат о среднем  (основном)  общем  образовании  обязательно выставляется итоговая  отметка  по  предмету  "Основы  безопасности  жизнедеятельности".  **Общие учебные умения, навыки и способы деятельности**  Рабочая программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего образования являются:  Личностными **результатами обучения** ОБЖ в основной школе являются:   * развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от  внешних и внутренних  угроз; * усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной; * формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания; * формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности; * развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного   и ответственного отношения к собственным поступкам;   * формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности; * экологическое сознание, признание высокой ценности жизни во всех её проявлениях; знание основных принципов и правил отношения к природе; знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий; правил поведения в чрезвычайных ситуациях. **Метапредметными** результатами обучения основам безопасности жизнедеятельности в основной школе являются: * 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; * овладение 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; * формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; * приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий; * развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение; * освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; * формирование умений  взаимодействовать с окружающими, выполнять  различные социальные роли  во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций. **Предметными результатами** обучения ОБЖ в основной школе являются: **1. В познавательной сфере:** * знания об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности. **2. В ценностно-ориентационной сфере:** * умения предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников; * умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей; * умения анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения. **3. В коммуникативной сфере:** * умения информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях. **4. В эстетической сфере:** * умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его. **5. В трудовой сфере:** * знания устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации; * умения оказывать первую медицинскую помощь. **6. В сфере физической культуры:** * формирование установки на здоровый образ жизни; * развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.     **Формы занятий**  В основу педагогического процесса заложены следующие **формы организации учебной деятельности:**   * Комбинированный урок; * Урок-лекция; * Урок-практикум; * Урок закрепления знаний, умений и навыков (ЗУН); * учебные и учебно-тренировочные занятия с элементами моделирования опасных и экстремальных   ситуаций;   * семинары и круглые столы; * индивидуальные консультации; * учебные сборы на базе воинской части по основам военной службы с учащимися - юношами   10 классов;   * внеклассная и внешкольная работа (участие в мероприятиях и соревнованиях в рамках   детско-юношеского движения «Школа безопасности», проведение Дня защиты детей, различные  эстафеты и викторины по ОБЖ, встречи с ветеранами войны и труда, работниками военкоматов и  правоохранительных органов, органов ГОЧС, ГИБДД, медицины; тематические выставки и  выставки творческих работ учащихся.  На большей части учебных занятий используется самостоятельная интеллектуальная и практическая деятельность учащихся, в сочетании с фронтальной, групповой, индивидуальной формой работы школьников. Повышению качества обучения в значительной степени способствует правильная организация проверки, учета и контроля знаний учащихся. По предмету «ОБЖ» предусмотрены:  1.Тематические зачеты;  2.Тематическое бумажное или компьютерное тестирования;  3.Устные ответы, с использованием иллюстративного материала;  4.Письменные ответы по индивидуальным карточкам-заданиям;  5. Итоговые контрольные работы;  6.Индивидуальные работы учащихся (доклады, рефераты, мультимедийные проекты).    **Механизмы формирования ключевых компетенций обучающихся**:   * Учебно-познавательные –планировать деятельность, анализировать, подводить итоги; * Информационные- владеть способами работы с информацией, уметь применять информационные и телекоммуникативные технологии для решения учебных задач; * Ценностно –смысловые- умение формулировать собственные учебные цели, умение принимать решение, брать ответственность на себя; * Личностное самосовершенствование – знание правил техники безопасности, оценка пользы и вреда от работы за компьютером, умение организовать свое рабочее время. |  |
| **2. Содержание учебного предмета**  Структура курса «Основы безопасности жизнедеятельности» при модульном построении содержания основного общего образования включает в себя два учебных модуля и пять разделов. Под учебным модулем следует понимать конструктивно завершенную часть курса, основанную на его методологии и включающую в себя такой объем учебного материала, который позволяет использовать его как самостоятельный учебный компонент системы курса «Основы безопасности жизнедеятельности»  **Модуль I (М-I). Основы безопасности личности, общества и государства**  Обеспечивает формирование у обучаемых комплексной безопасности жизнедеятельности в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. Модуль включает в себя три раздела.  Раздел I (Р-I). Основы комплексной безопасности.  Раздел II (Р-II). Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций  Раздел III (Р-III). Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.  **Модуль II (М-II). Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**  Решает задачи духовно-нравственного воспитания обучаемых, формирования у них индивидуальной системы здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья, а также умений оказывать первую медицинскую помощь. Модуль включает в себя два раздела.  Раздел IV (Р- IV). Основы здорового образа жизни.  Раздел V (Р-V). Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.  **Модуль III (М-III) Обеспечение военной безопасности государства.**  Раздел VI Основы обороны государства  Раздел VII Основы военной службы  Модульный принцип построения содержания курса ОБЖ позволяет:   * последовательно и логически взаимосвязано структурировать тематику курса ОБЖ; * повысить эффективность процесса формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности и готовности к военной службе с учетом их возрастных особенностей и уровня подготовки по другим учебным предметам (при поурочном планировании предмета по годам обучения), а также с учетом особенностей обстановки в регионе в области безопасности (при разработке региональных учебных программ); * эффективнее использовать межпредметные связи: элементы содержания курса ОБЖ могут быть использованы в других предметах, что способствует формированию у обучаемых целостной картины окружающего мира; * обеспечить непрерывность образования и более тесную преемственность процессов обучения и формирования современного уровня культуры безопасности у учащихся на второй и третьей ступенях образования; * более эффективно использовать материально-техническое обеспечение предмета ОБЖ, осуществляя его «привязку» к конкретным разделам и темам; * более эффективно организовать систему повышения квалификации и профессиональную подготовку преподавателей-организаторов ОБЖ.   Особое место в структуре программы занимает раздел 3 модуля 1 «Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации».  Понятийная база и содержание курса «Основы безопасности жизнедеятельности» основаны на положениях федеральных законов Российской Федерации и других нормативно-правовых актов, в том числе:  - Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2012 г. (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 12 мая 2009 г. № 537);  - Стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 г. (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 9 июня 2010 г. « 690), а так же на Требованиях к результатам основной образовательной программы основного общего образования, предоставленной в федеральном государственном образовательном стандарте общего образования второго поколения.      **Содержание учебной программы для учащихся 10 класса**  Программа выстроена по трем логически взаимосвязанным модулям:  **Модуль I (М-I). Основы безопасности личности, общества и государства** |  |

**Раздел I. Основы комплексной безопасности.**

**Глава 1 Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни. 1ии**

**Тема1.1**. **Автономное пребывание человека в природной среде**

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вы нужденная автономия. Причины, приводящие человека к автономному существованию в природе. Способы подготовки человека к автономному существованию в природной среде.

**Тема 1.2. Практическая подготовка к автономному пребыванию в природной среде.**

Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разведение костра, приготовление пищи на костре, меры пожарной безопасности.

**Тема 1.3. Обеспечение личной безопасности на дорогах.**

Основные причины дорожно-транспортного травматизма. Роль «человеческого фактора» в возникновении ДТП. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Уровень культуры водителя и безопасность на дорогах.

**Тема 1.4. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.**

Наиболее вероятные ситуации криминогенного характера на улице, в транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью

**Глава 2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций**

**Тема 2.1. Чрезвычайные ситуации природного характера.**

Чрезвычайные ситуации природного, причины их возникновения и возможные последствия. Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера: геологического, метеорологического, гидрологического и биологического происхождения.

**Тема 2.2. Чрезвычайные ситуации техногенного характер**а

Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия. Рекомендации населению по безопасному поведению в случае возникновения аварии на радиационно- опасном, на химически- опасном, на взрывопожароопасном, на гидротехническом объектах.

**Глава 3. Современный комплекс проблем безопасности социального характера**

**Тема 3.1. Военные угрозы национальной безопасности России**

Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные интересы России в военной сфере, защита ее независимости, суверенитета, территориальной целостности, обеспечение условий для мирного, демократического развития государства.

**Раздел II. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного**

**и техногенного характера**.

**Глава 4. Нормативно-правовая база Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства**

**Тема 4.1. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи.**

Единая государственная система предупреждения и ликвидации. **Организационные основы** чрезвычайных ситуаций, ее предназначение, структура и основные задачи.

## Раздел 3 Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.

### Глава 5 Экстремизм и терроризм- чрезвычайные опасности для общества и государства

### Тема 5.1 Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия.

Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния. Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные принципы и направления террористической и экстремистской деятельности.

**Модуль II (М-II). Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

**Раздел IV. Основы здорового образа жизни.**

**Глава 10. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний**

**Тема 10.1. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.**

Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике. Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

**Глава 11. Здоровый образ жизни и его составляющие**

**Тема11.1. Здоровый образ жизни — индивидуальная система поведения человека.**

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.

**Тема 11.2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека**

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

**Модуль III (М-III). Обеспечение военной безопасности государства**

**Раздел VI. Основы обороны государства.**

**Глава 12. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны**

**Тема** **12.1. Гражданская оборона, ее предназначение и основные задачи.**

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.

**Тема 12.2. Ядерное оружие и его поражающие свойства**

Ядерное оружие, история создания, предназначение, характеристика, поражающие факторы ядерного взрыва.

**Тема** **12.3 Поражающие факторы ядерного взрыва**

Поражающие факторы ядерного взрыва: ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение, электромагнитный импульс.

**Тема 12.4 Химическое оружие и его боевые свойства**.

Химическое оружие, история создания, предназначение, характеристика, поражающие факторы

классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.

**Тема 12.5 Классификация отравляющих веществ**

Классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.

**Тема 12.6 Бактериологическое (биологическое) оружие.**

Бактериологическое (биологическое) оружие, история создания, предназначение, характеристика, поражающие факторы, классификация

**Тема 12.7 Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени**

Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. 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.

**Тема 12.8 Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.**

Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Защитные сооружения гражданской обороны.. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях (занятие целесообразно проводить в имеющихся защитных сооружениях).

**Тема 12.9 Средства индивидуальной защиты**

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

**Глава 13. Вооруженные Силы Российской Федерации — защита нашего Отечества**

**Тема 13.1. 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 второй половине XIX в., создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.

**Тема 13.2. Память 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.

**Тема 13.3. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации.**

Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации. Виды и рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации, специальные войска, военные округа и флоты. Руководство и управление Вооруженными Силами Российской Федерации.

**Глава 14. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации и рода войск**

**Тема 14.1. Сухопутные войска, их состав и предназначение.**

Сухопутные войска. Вооружение и военная техника сухопутных войск**.**

**Тема 14.2. Военно-воздушные Силы (ВВС), их состав и предназначение.**

Военно-воздушные Силы. Вооружение и военная техника ВВС.

**Тема 14.3.Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение.**

Военно-морской флот (ВМФ), его состав и предназначение. Вооружение и военная техника.

**Тема 14.4. Ракетные войска стратегического назначения (PBСH), их состав и предназначение.**

Ракетные войска стратегического назначения (PBСH), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника.

Тема14.5. **Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение.**

Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника.

**Тема 14.6.Космические войска, их состав и предназначение.**

Космические войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника.

**Раздел 7. Основы военной службы**

**Глава 17. Суточный наряд**

**Тема 17.1 Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда.**

Общие обязанности лиц суточного наряда. Суточный наряд. Общие положения. Дневальный по роте, общие обязанности дневального по роте. Дежурный по роте. Основные обязанности дежурного по роте.

**Глава 18. Организация караульной службы**

**Тема18.1 Организация караульной службы**

Организация караульной службы, общие положения. Часовой, неприкосновенность часового, основные обязанности часового.

**Глава 19. Строевая подготовка**

**Тема 19.1 Строевые приемы и движение без оружия.**

Строевая стойка, повороты на месте и в движении. Выполнение воинского приветствия на месте и в движении. Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Строи отделения. Развернутый строй, походный строй. Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении.

**Глава 20. Огневая подготовка**

**Тема 20.1 Назначение и боевые свойства автомата Калашникова**

Автомат Калашникова, работа частей и механизмов автомата, его чистка. Смазка и хранение. Подготовка автомата к стрельбе. Меры безопасности при стрельбе.

**Тема 20.2 Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова**

Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова. Приёмы и правила стрельбы из автомата.

**Тема 20.3 Ручные осколочные гранаты.**

Назначение и боевее свойства гранат, устройство ручных осколочных гранат, работа частей и механизмов гранат, приёмы и правила заряжания и метания ручных гранат.

**Глава 21. Тактическая подготовка**

Тема 21.1 Основные виды боя. Действия солдата в бою, обязанности солдата в бою, передвижения солдата в бою. Команды, подаваемые на передвижение в бою, и порядок их выполнения. Выбор места для стрельбы, самоокапывания

**Тема 21.1 Инженерное оборудование и маскировка позиций.**

Инженерное оборудование позиций отделения, минно-взрывные заграждения.

**Содержание учебной программы для учащихся 11 классов**

Программа выстроена по трем логически взаимосвязанным модулям:

**Модуль I( М-I). Основы безопасности личности, общества и государства.**

**Раздел I. Основы комплексной безопасности.**

**Глава1 . Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни.**

**Тема 1.1. Пожарная безопасность. Правила личной безопасности при пожаре**

Пожары в жилых и общественных зданиях, их возможные последствия. Основные причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Влияние «человеческого фактора» на причины возникновения пожаров.

**Тема 1.2 Правила личной безопасности при пожаре.**

Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.Профилактика пожаров в повседневной жизни. Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании.

**Тема 1.2 Обеспечение личной безопасности на водоёмах в разное время года.**

Безопасный отдых у воды. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах.

**Модуль II(М-II). Основы медицинских знаний и здорового образа жизни .**

**Раздел 4. Основы здорового образа жизни.**

**Глава 3. Нравственность и здоровье.**

**Тема 3.1. Правила личной гигиены и здоровье.**

Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.

**Раздел 5.Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.**

**Глава 4. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях.**

**Тема 4.1. Основные правила оказания первой медицинской помощи***.*

Наиболее целесообразная последовательность оказания первой медицинской помощи.

**Тема 4.2 Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.**

Сердечная недостаточность и причины ее возникновения. Общие правила при оказании первой медицинской помощи. Инсульт, основные причины его возникновения, признаки возникновения. Первая медицинская помощь при инсульте.

**Тема 4.3. Первая медицинская помощь при ранениях .**

Понятие о ране, разновидности ран. Последовательность оказания первой медицинской помощи при ранении. Понятие об асептике и антисептике.

**Тема 4.4. Первая медицинская помощь при травмах в области таза, при повреждении позвоночника, спины.**

Травмы тазовой области, причины их возникновения, возможные последствия, первая медицинская помощь. Травма позвоночника, спины, основные виды травм позвоночника, спины, их возможные последствия. Правила оказания первой медицинской помощи.

**Тема 4.4. Первая медицинская помощь при остановке сердца***.*

Реанимация. Понятие о клинической смерти и реанимации. Возможные причины клинической смерти и ее признаки. Правила проведения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких. Правила сердечно-легочной реанимации.

**Тема 4.5 Первая медицинская помощь при травмах**

Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата, их профилактика. Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме. Первая медицинская помощь при травмах груди, живота, области таза при повреждении позвоночника.

**Модуль III. Обеспечение военной безопасности государства.**

**Раздел 6. Основы обороны государства.**

**Глава 6. Символы воинской чести**

**Тема 6.1 Боевое знамя воинской части– символ воинской чести, достоинства и славы**.

Боевое знамя воинской части – официальный символ и воинская реликвия воинской части, олицетворяющая её честь, доблесть, славу и боевые традиции, указывающая на предназначение воинской части и её принадлежность.

**Тема 6.2 Ордена – почётные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.**

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

**6.3 Военная форма одежды и знаки различия, их воспитательное значение.**

Военная форма одежды и знаки различия, их воспитательное значение.

**Глава 7. Воинская обязанность.**

**Тема 7.1. Основные понятия о воинской обязанности**

Воинская обязанность, определение воинской обязанности и ее содержания. Воинский учет, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.

**Тема7.2. Организация воинского учета и его предназначение.**

Основное предназначение воинского учета. Государственные органы, осуществляющие воинский учет. Категория граждан, не подлежащих воинскому учету. Сведения о гражданине, которые содержатся в документах по воинскому учету.

**Тема 7.3. Обязательная подготовка граждан к военной службе.**

Основное содержание обязательной подготовки .граждан к военной службе, определенное Федеральным законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе». Периоды обязательной подготовки к военной службе и их основное предназначение. Требования к индивидуально-психологическим качествам специалистов по сходным воинским должностям. Общие требования к качествам военнослужащих, исполняющих обязанности на должностях связи и наблюдения, водительские должности, технические и прочие воинские должности.

**Тема 7.4. Добровольная подготовка граждан к военной службе.**

Основное направление добровольной подготовки граждан к военной службе. Подготовка граждан по военно-учетным специальностям. Предназначение подготовки по военно-учетным специальностям. Порядок осуществления отбора граждан для подготовки по военно-учетным специальностям. Льготы, предоставляемые гражданину при призыве на военную службу, прошедшему подготовку по военно-учетной специальности.

**Тема 7.5. Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет.**

Основное предназначение и порядок проведения медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет. Категории годности к военной службе по состоянию здоровья граждан. Порядок медицинского освидетельствования граждан, желающих поступить на учебу в военные образовательные учреждения высшего профессионального образования.

**Тема7.6. Порядок прохождение военной службы по призыву. Увольнение с военной службы.**

Призыв на военную службу. Порядок прохождения военной службы по призыву. Размещение и быт военнослужащих, проходящих военную службу по призыву.Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. Предназначение запаса, разряды запаса в зависимости от возраста граждан. Военные сборы.

**Раздел 7. Основы военной службы.**

**Глава 8 . Особенности военной службы.**

**Тема 8.1. Правовые основы военной службы.**

Положения Конституции Российской Федерации и федеральных законов Российской Федерации «Об обороне», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», определяющие правовые основы военной службы..

**Тема 8.2. Статус военнослужащего. Правовая защита военнослужащих и членов их семей.**

Общие понятия о статусе военнослужащего. Основные права и льготы военнослужащих. Обоснование некоторых ограничений прав и свобод военнослужащего. Время, с которого граждане приобретают статус военнослужащего. Военные аспекты международного права.

**Тема 8.3. Права и ответственность военнослужащих.**

Обязанности военнослужащих. Юридическая ответственность военнослужащих. Дисциплинарная ответственность. Материальная ответственность военнослужащих. Гражданско-правовая ответственность военнослужащих. Преступления против военной службы.

**Тема 8.6.Общевоинские уставы**

Общевоинские уставы — это нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих. Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации. Предназначение Устава внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации и его общие положения. Дисциплинарный устав Вооруженных Сил Российской Федерации. Основное предназначение Дисциплинарного устава Вооруженных Сил Российской Федерации и его общие положения. Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил Российской Федерации .Основное предназначение Устава гарнизонной и караульной служб .Вооруженных Сил Российской Федерации и его общие положения. Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации .Основное предназначение Строевого Устава Вооруженных Сил .Российской Федерации и его общие положения

***Тема 8.7* Военная присяга - клятва воина на верность Родине – России**

Военная присяга - основной и нерушимый закон воинской жизни. История принятия военной присяги в России. Текст военной присяги. Порядок приведения военнослужащих к военной присяге. Значение военной присяги для выполнения каждым военнослужащим воинского долга.

**Глава 9 Военнослужащий – вооружённый защитник Отечеств**

**Тема 9.1 Основные обязанности военнослужащих**

Основные обязанности военнослужащих: общие, должностные, специальные.

**Глава 11 Прохождение военной службы по призыву**

**Тема 11.1.Прохождение военной службы по призыву**

Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, организация призыва. Порядок освобождения граждан от военной службы и предоставление отсрочек. Время военной службы, воинские звания военнослужащих ВС РФ.

**Тема 11.2 Прохождение военной службы по контракту**

Особенности военной службы по контракту Требования, предъявляемые к гражданину при поступлении на военную службу по контракту. Материальное обеспечение военнослужащих, проходящих военную службу по контракту.

**Тема 11.3 Альтернативная гражданская служба**

Значение АГС, сроки прохождения АГС, права и обязанности граждан проходящих гражданскую службу.

**3. Учебно-тематический план**

## Учебно-тематический план

## предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». 10 класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **модуля,**  **раздела,**  **темы** | **наименование модулей, разделов, тем** | **Количество**  **часов** |
| **М-I** | **Основы безопасности личности, общества и государства** | **9** |
| Р-I | *Основы комплексной безопасн*ости | 7 |
| Глава 1 | Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни | 4 |
| Глава 2 | Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций | 2 |
| Глава 3 | Современный комплекс проблем безопасности военного характера (1 ч) | 1 |
| Р-2 | *Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера* | 1 |
| Глава 4 | Нормативно-правовая база и организационные основы по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера | 1 |
| Р-3 | *Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации (1* | 1 |
| Глава 5 | Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства | 1 |
| **М-II** | **Основы медицинских знаний и основы здорового образа жизни** | **3** |
| Р-IV | *Основы здорового образа жизни* | 3 |
| Глава 10 | Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний. | 1 |
| Глава 11 | Здоровый образ жизни и его составляющие | 2 |
| **М- III** | **Обеспечение военной безопасности государства** | **21** |
| Р-VI | *Основы обороны государства* | 15 |
| Глава 12 | Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны | 10 |
| Глава 13 | Вооруженные Силы Российской Федерации — защита нашего Отечества. | 3 |
| Глава 14 | Виды и рода войск Вооружённых Сил Российской Федерации | 2 |
| Р-VII | *Основы военной службы* | 8 |
| Глава 17 | Суточный наряд, обязанности лиц суточного наряда | 1 |
| Глава 18 | Организация караульной службы | 1 |
| Глава 19 | Строевая подготовка | 1 |
| Глава 20 | Огневая подготовка | 3 |
| Глава 21 | Тактическая подготовка | 2 |
| **Итого** |  | 35 |

## Учебно-тематический план

## предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». 11 класс

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№**  **модуля,**  **раздела,**  **темы** | **наименование модулей, разделов, тем** | **Количество**  **часов** |
| **М-I** | **Основы безопасности личности, общества и государства** | **3** |
| Р-I | *Основы комплексной безопасн*ости | 3 |
| Глава 1 | Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни | 3 |
| **М -II** | **Основы медицинских знаний и основы здорового образа жизни** | **10** |
| Р - V | *Основы медицинских знаний и оказание первой помощи* | 10 |
| Глава 4 | Первая помощь при неотложных состояниях. | 10 |
| **М- III** | **Обеспечение военной безопасности государства** | **20** |
| Р - VI | *Основы обороны государства* | 11 |
| Глава 6 | *Символы воинской чести* | 5 |
| Глава 7 | Воинская обязанность | 6 |
| Р- VII | *Основы военной службы* | 10 |
| Глава 8 | Особенности военной службы | 5 |
| Глава 9 | Военнослужащий- вооруженный защитник Отечества | 1 |
| Глава 10 | Ритуалы Вооружённых сил РФ | 1 |
| Глава 11 | Прохождение военной службы по призыву | 1 |
| Глава 12 | Прохождение военной службы по контракту | 2 |
| **Итого** |  | **34** |

**4. Календарно-тематическое планирование**

**Календарно-тематическое планирование 10 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Номер урока** | **Тема урока** | Кол-во  часов | **Домашнее задание** |
| 1. | Автономное пребывание человека в природной среде. | 1 | § 1 воп 1-3 зад. с.8 |
| 2. | Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде. | 1 | § 2зад.4,5 с.14 |
| 3. | Обеспечение личной безопасности на дорогах. | 1 | ПДД § 3 воп. 1-4  зад.1, 3 |
| 4. | Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. | 1 | § 4 зад.1-3 с.24-25  доп.матер-л |
| 5. | Чрезвычайные ситуации природного характера и возможные их последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС природного характера. | 1 | схема «Виды ЧС» § 5 воп.3 зад.1-2 с.30 § 6 воп.1-4 зад.3,4 с.36 |
| 6. | Чрезвычайные ситуации техногенного характера и возможные их последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС техногенного характера. | 1 | Выводы с.40  § 7 воп.1-4 с.40  § 8 воп.1,2 |
| 7. | Военные угрозы национальной безопасности России. Характер современных войн и вооружённых конфликтов. | 1 | § 9 воп.1-3 сообщения по зад.1,2 с.50 § 10 воп.1,4 |
| 8. | Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), её структура и задачи | 1 | Выводы 1-4 с.62 § 12 воп.1-4 |
| 9. | Гражданская оборона, ее предназначение и основные задачи | 1 | § 30 зад. 1-3 на выбор одно, воп.1-4 с.162 |
| 10. | Ядерное оружие и его поражающие свойства | 1 | § 31 воп.1зад.3с.168  схема |
| 11. | Поражающие факторы ядерного взрыва | 1 | § 31 воп.1зад.3с.168  таблица |
| 12 | Химическое оружие и его боевые свойства | 1 | § 31 воп.2 зад.4  схема |
| 13. | Классификация отравляющих веществ. | 1 | § 31 воп.2 зад.4  таблица |
| 14. | Биологическое оружие | 1 | § 31 воп.3 схема |
| 15 | Оповещение населения об опасностях, возникающих при ЧС мирного и военного времени. | 1 | § 32зад.1-3 с.172  действия по сигналу «Внимание всем!» |
| 16 | Инженерная защита населения от ЧС мирного и военного времени. | 1 | § 33 воп.1 |
| 17. | Эвакуация населения | **1** | конспект |
| 18. | Средства индивидуальной защиты | **1** | § 34 уст-во ГП-7,АИ-2  зад.1-3 с.182 |
| 19. | История создания и развития ВС РФ. | 1 | § 37 сообщения зад.1,4 с.196 |
| 20. | Памяти поколений – дни воинской славы России. | 1 | § 38 зад.2,4сообщения о победных днях |
| 21 | Состав Вооруженных Сил РФ. Руководство и управление ВС РФ | 1 | § 39 воп.1-3 схема  зад.1-4 с.210 |
| 22. | СВ, ВВС и ВМФ, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника | 1 | § 40 схема зад.1-4 с.216  § 41,42 схема воп.4 зад.2-4 с.220 воп.4, зад.2 с.224 |
| 23. | РВСН, ВДВ и космические войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника. | 1 | § 43 схема воп.4 зад. с.228 § 44 зад.1-4 с.232§ 44 зад.1-4 с.232§ 45 воп.4схема зад.1-3 с.236 |
| 24. | Инфекционные заболевания, их классификация. Передача инфекции и профилактика инфекционных заболеваний. | 1 | §25вопросы 1-4 |
| 25 | Организация караульной службы, Общие положения. Часовой и обязанности часового. | 1 | §52-54 |
| 26 | Суточный наряд. Общие положения. Обязанности дежурного и дневального по роте. | 1 | §52-54 |
| 27 | Назначение и боевые свойства автомата Калашникова | 1 | §64 |
| 28 | Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова (практическое занятие) | 1 | §65 |
| 29. | Инженерное оборудование и маскировка позиций | 1 | конспект |
| 30 | Материальная часть ручных гранат | 1 | конспект |
| 31 | Современный бой | 1 | §67-68 |
| 32 | Биологические ритмы. Общие понятия. Влияние биоритмов на работоспособность человека. | 1 | конспект |
| 33 | Строевые приёмы и движение без оружия | 1 | §59-60 |
| 34 | Здоровый образ жизни. | 1 | § 26,28 диаграмма факторов  зад.1-3 с.142, борьба со стрессом с.151 |

**Итого: часов по плану- 34**

**Календарно-тематическое планирование 11 класс**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Номер урока** | **Тема урока** | **Кол-ство часов** | **Домашнее задание** |
| 1. | Пожарная безопасность | 1 | § 1 воп.1-4, зад. с.10§ 2 воп.1-4, зад. ПМП при ожоге с.16 |
| 2 | Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при пожаре | 1 | § 2 воп.1-4, зад. ПМП при ожоге с.16 |
| 3. | Обеспечение личной безопасности на водоемах в различное время года | 1 | § 3 воп.1-4, с.22 |
| 4. | Правила личной гигиены. | 1 | § 11 воп.1,2, доп.мат о рациональном питании с.65 |
| 5. | ПМП при острой сердечной недостаточности и инсульте. | 1 | § 16 воп.1-4зад. с.84 |
| 6. | Первая медицинская помощь при кровотечениях и ранениях. | 1 | Первая медицинская помощь при кровотечениях и ранениях. |
| 7. | Основные правила оказания первой помощи | 1 | §18 |
| 8. | Правила остановки артериального кровотечения. | 1 | § 19 |
| 9. | Способы иммобилизации и переноски пострадавшего. | 1 | § 20 воп.1-4, зад. с.100-101 |
| 10. | Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата | 1 | § 21 воп.1-4, зад. с.104-105 |
| 11. | Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, травме груди и живота. | 1 | § 22 воп.1-4, зад. с.108, доп.мат с.109 |
| 12. | Первая медицинская помощь при травмах области таза, повреждении позвоночника, спины. | 1 | § 23 воп.1-4, зад. с.112, доп.мат с.113 |
| 13. | Первая медицинская помощь при травматическом шоке. | 1 | доп.мат к §18 с.93 |
| 14. | Первая медицинская помощь при остановке сердца. | 1 | § 24 воп.1-4, зад. с.118, доп.мат с.119 |
| 15. | Основные понятия о воинской обязанности. | 1 | § 30 воп.1-4, зад. с.148-149 |
| 16. | Организация воинского учёта. Первоначальная постановка граждан на воинский учёт. | 1 | § 31 воп.1-4, с.152, сооб-я по зад. с.153§ 32 воп.1-4, зад. с.156-157 |
| 17. | Обязательная подготовка граждан к военной службе. | 1 | § 34 воп.1-4, зад. с.164 |
| 17. | Добровольная подготовка граждан к военной службе. | 1 | § 37 воп.1-4, зад. с.178-179 |
| 18. | Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке на воинский учёт. | 1 | § 38 воп.1-4, зад. с.184, доп.мат с.185 |
| 19. | Увольнение с военной службы и пребывание в запасе. | 1 | § 40 воп.1-4, зад. с.192, |
| 20. | Правовые основы военной службы | 1 | § 41 воп.1-4, зад. с.196, доп.мат с.197 |
| 21. | Статус военнослужащего. | 1 | § 42 воп.1-4, зад. с.200, доп.мат с.201 |
| 22. | Обязанности и ответственность военнослужащих | 1 | Конспект |
| 23. | Военные аспекты международного права. | 1 | § 43 воп.1-4, зад. с.206, доп.мат с.207 |
| 24. | Преступления против военной службы. | 1 | Конспект |
| 25. | Общевоинские уставы ВС- закон воинской жизни. | 1 | § 44 воп.1-4, зад. с.210, сооб-е об истории создания уставов, с.211 |
| 26. | Прохождение военной службы по призыву | 1 | § 61 воп.1-4, зад. с.282 |
| 27. | Особенности военной службы по контракту. | 1 | § 64 воп.1-3 с.298 |
| 28. | Альтернативная гражданская служба. Прохождение и увольнение | 1 | § 65 воп.1-3 с.308 |
| 29. | Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы. | 1 | § 57 воп.1-4, зад. с.266, примеры из истории с.267 |
| 30. | Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе | 1 | § 28 воп.1-4, с.140, сооб-я по зад. с.141 |
| 31. | Военная форма одежды | 1 | § 29 воп.1-4, с.144, сооб-я по зад. с.145 |
| 32. | Знаки различия военнослужащих. | 1 | §62 |
| 33. | Воинские звания военнослужащих |  | Конспект |
| 34. | Военная присяга — клятва воина на верность Родине — России. | 1 | §58 |
|  | **Итого:34 часа** |

|  |
| --- |
| **5. Требования к уровню подготовки**  *ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ 10 КЛАССА*  **Знать:**  - основные понятия ГО;  - современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения;  - организацию инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС военного и мирного времени;  - организацию гражданской обороны в школе.  - основные понятия и структуру ЗОЖ;  - роль питания как составляющей ЗОЖ;  - влияние двигательной активности на здоровье человека;  - социальную опасность вредных привычек, механизмы их возникновения, меры профилактики.  - основные понятия, функции и показатели здоровья;  - признаки инфекционных заболеваний, условия и механизмы передачи инфекции;  - наиболее часто встречающиеся инфекции и механизмы их передачи, меры профилактики.  - правовые основы обеспечения защиты населения от ЧС;  - основные мероприятия, проводимые в РФ по защите населения от ЧС;  - особенности современных войн и вооружённых конфликтов;  - общие черты международного терроризма.  - причины возникновения чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;  - потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для Тамбовской области;  - потенциально опасные объекты в районе проживания.  - правила безопасности при автономном существовании в природной среде;  - правила подготовки и обеспечения безопасности в походах;  - правила поведения при захвате в заложники или похищении.  **Уметь:**  - определить вид применённого оружия;  - пользоваться убежищем;  - подобрать противогаз и пользоваться им;  - действовать при угрозе ЧС, возникновении ЧС и ликвидации последствий ЧС в школе  **-** вести здоровый образ жизни, противостоять вредным привычкам, проявлять активную жизненную позицию  - в любых условиях проживания обеспечивать выполнение правил гигиены;  - обеспечивать выполнение основных мероприятий по предупреждению инфекционных заболеваний.  - работать с правовыми документами.  -различать ЧС геологического, метеорологического, гидрологического, биологического происхождения;  - различать ЧС техногенного характера в соответствии с их классификацией.  - устанавливать причинно-следственные связи между соблюдением общих мер безопасности при автономном существовании в природе и возникновением различных опасных ситуаций;  - назвать способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приёмы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях  *ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ 11 КЛАССА*  Требования к уровню усвоения знаний:  **Знать:**  - правила личной гигиены;  - связь гигиены и физической культуры;  - роль нравственности в обеспечении безопасных взаимоотношений полов и профилактики заболеваний, передаваемых половым путём;  - основные положения законодательства о семье и браке.  - симптомы и первую помощь при острой сердечной недостаточности;  - правила первой помощи при ранениях, растяжениях связок, переломах и вывихах;  - признаки остановки сердца и порядок действий при сердечно-лёгочной реанимации.  - структуру и содержание общевоинских уставов;  - условия и порядок приведения военнослужащих к воинской присяге;  - организацию призыва на военную службу;  - порядок поступления на военную службу по контракту и её прохождения;  особенности альтернативной гражданской службы по сравнению с военной службой  - требования к воину-специалисту;  - порядок подготовки по воинским специальностям;  - понятие и значение психологической готовности, способы её формирования;  - требования, предъявляемые к офицеру военной службой;  - важнейшие положения международного права войны.  **Уметь:**  - оказать помощь при острой сердечной недостаточности, инсульте, при ранениях, растяжениях связок, переломах и вывихах, при остановке сердца и прекращении дыхания.  - порядок определения годности к военной службе;  - цели, задачи и составляющие обязательной подготовки граждан к военной службе;  - назначение, структуру и содержание добровольной подготовки к военной службе;  - порядок увольнения с военной службы и прохождение службы в запасе.  - работать с правовыми документами.  **использовать приобретенные знания** и **умения на практике для:**  • ведения здорового образа жизни;  • действий в опасных и чрезвычайных ситуациях;  • полготовки граждан к военной службе;  • соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний;  • оказания первой медицинской помощи в неотложных состояниях;  • подготовки к профессиональной деятельности.  **Методы, технологии и формы контроля.**  Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков,  универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетами  для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего  образования являются:  - использование для познания окружающего мира различных методов наблюдения и моделирования;  - выделение характерных причинно-следственных связей;  - творческое решение учебных и практических задач;  - сравнение, сопоставление, классификация, ранжирование объектов по одному или нескольким  предложенным основаниям, критериям;  - самостоятельное выполнение различных творческих работ, участие в проектной деятельности;  - использование для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников  информации, включая энциклопедии, словари, Интернет-ресурсы и другие базы данных;  - самостоятельная организация учебной деятельности; оценивание своего поведения, черт своего  характера,  своего физического и эмоционального состояния;  - соблюдение норм поведения в окружающей среде, правил здорового образа жизни;  - использование своих прав и выполнение своих обязанностей как гражданина, члена общества и  учебного коллектива.  **Формы контроля.**  Текущий контроль проводится систематически на каждом уроке и позволяет выявить степень  усвоения изученного учебного материала. Он проводится в форме решения ситуационных задач,  индивидуального опроса, работы по карточкам. Большое внимание уделяется практическим  работам. Предусматривается использование в практике семинаров-собеседований как средства рубежного  контроля. К семинарам учащиеся готовят сообщения, рефераты, доклады, принимают участие в дискуссиях.  В конце изучения каждого блока предусмотрены проверочные работы, которые проводятся в форме  тестирования.  **6. Критерии и нормы оценки результатов освоения программы**  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 |
|  |
| **Контроль качества образования по курсу ОБЖ.**          тестирование (11 класс);          рефераты и их защита ( 11 класс);          самостоятельные работы, семинары ( 11 класс);          уметь проводить диагностику простых заболеваний, оказывать ПМП, ЭРП и ИВЛ  пострадавшим (11 класс). | |

**список литературы (основной и дополнительной).**

1. ОБЖ: 10 кл.: учеб. для общеобразовательных учреждений./В.В. Марков, В.Н. Латчук, С.К. Миронов и др.– М.: Дрофа, 2002 – 320с.: ил. (основной учебник)

2. ОБЖ: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учр./ А.Т.Смирнов, Б.И. Мишин, В.А. Васнев и др.; – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2001.–160 с.

3. Основы медицинских знаний и ЗОЖ: 10-11 кл.: Учеб. для общеобраз. учрежд. / А.Т.. Смирнов, Б.И. Мишин, П.В. Ижевский. – М.: Просвещение, 2001-160 с. : 8 л. 4 л.

4. ОБЖ: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учр./М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т.Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробъева. – М.: ООО «Изд. Астрель»: 2004 - 382, [2] с.

5. Основы медицинских знаний и ЗОЖ: 10-11 кл.: Учеб. для общеобраз. учрежд.

/А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, П.В. Ижевский. – М.: Просвещение, 2001-160 с.: 8 л. ил.

6. 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений Смирнов А.Т., Хренников Б.О

7. Смирнов А.Т., Хренников Б.О. Программы образовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. Комплексная программа 5-11 классы / под общ. ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2009.

8. Основы безопасности жизнедеятельности: программы общеобразовательных учреждений, 1-11 классы/под общей редакцией А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.

9. Федеральные законы Российской Федерации «О Гражданской обороне», «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера», «О противодействии терроризму», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» и статья 14 Закона РФ» «Об образовании»,« О внесении изменений в отдельные законодательные акты РФ в связи с сокращением срока военной службы по призыву » // Собрание законодательства РФ: официальное издание. – М., 1998-2007.

10. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10-11 кл.: пособие для преподавателей-организаторов ОБЖ. Общеобразовательных учреждений/А.Т. Смирнов, М.В. Маслов; под общ.ред. А.Т. Смирнова.- М.: Просвещение , 2002

11. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учебник для общеобразовательных учреждений: базовый и профильный уровни/А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников; под редакцией А.Т.Смирнова; Рос.акад. наук, Рос. Акад. Образования, изд-во «Просвещение»

2012 г.

12. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учебник для общеобразовательных учреждений: базовый и профильный уровни/А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников; под редакцией А.Т.Смирнова; Рос.акад. наук, Рос. Акад. Образования, изд-во «Просвещение» 2012 г.

13. Основы безопасности жизнедеятельности. Планируемые результаты. Система знаний. 5-9 , 10-11 классы: пособие для учителей общеобразовательных учреждений/А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, М.В.Маслов; под редакцией Г.С.Ковалёвой, О.Б.Логиновой. – М. : Просвещение, 2013. – (Работаем по новым стандартам)

14. Методика обучения ОБЖ. Пособие для учителя. Л.В.БайбородоваЮ.В.Индюков Москва «Владос» 2004.

15. Методика проведения соревнований по программе спартакиады допризывной молодёжи Профилактика Детского дорожно-транспортного травматизма/ В.В.ШумиловаЕ.Ф.Таркова Волгоград Издательство «Учитель» 2007