****

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |
|  **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 «Основыбезопасности 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 вповседневной 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  отметкапо  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 государстваРаздел VII Основы военной службыМодульный 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-вочасов |  **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. 1-4зад.1, 3 |
| 4. | Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. | 1 |  § 4 зад.1-3 с.24-25доп.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.168схема |
| 11. | Поражающие факторы ядерного взрыва | 1 | § 31 воп.1зад.3с.168таблица |
| 12 | Химическое оружие и его боевые свойства | 1 | § 31 воп.2 зад.4схема |
| 13. | Классификация отравляющих веществ. | 1 | § 31 воп.2 зад.4таблица |
| 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.172действия 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-2зад.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 факторовзад.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