

ПРИЛОЖЕНИЕ К ОСНОВНОЙ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

**Муниципальное казённое общеобразовательное учреждение
Средняя общеобразовательная школа № 19 г. Ивделя п. Сама**

СОГЛАСОВАНО

на заседании МО МКОУ СОШ № 19

протокол № _____ от _____ 2017 г.

Руководитель

МО _____

РАССМОТРЕНО

на МС МКОУ СОШ № 19

протокол № _____ от _____ 2017 г.

Председатель МС / _____

«_____» _____ 2017 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор МКОУ СОШ № 19

_____ / В.Л. Коротких

приказ № _____ от _____ 2017 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по предмету

«Основы безопасности жизнедеятельности»

10 класс

Срок реализации: 2017-2018 учебный год

Составитель:

Коротких В.Л., учитель ОБЖ

п. Старая Сама

2017 год

Содержание

1. Пояснительная записка.
2. Общая характеристика учебного предмета.
3. Описание места учебного предмета в учебном плане.
4. Требования к уровню подготовки обучающихся.
5. Содержание программы учебного предмета.
6. Календарно-тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности.
7. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса.
8. Планируемые результаты изучения учебного предмета.

Рабочая программа

1. Пояснительная записка

Данная рабочая программа разработана в соответствии с государственным стандартом основного общего образования Программа по основам безопасности жизнедеятельности составлена на основе федерального компонента государственного стандарта среднего (полного) общего образования.

Цель программы:

Изучение основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне среднего (полного) общего образования направлено на достижение следующих целей:

- освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни; государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;
- воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества;
- развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении здорового образа жизни;
- овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;
- Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств). (в ред. Приказа Минобрнауки РФ от 19.10.2009 N 427)

Рабочая программа способствует решению следующих задач:

- формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.
- воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде, к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности, к безопасности личности, общества и государства
- развитие личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; развитие потребности соблюдать нормы здорового образа жизни; бдительности по предотвращению актов терроризма;
- овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;
- освоение знаний: 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 и подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

- формирование адекватного представления о военной службе и качествах личности, необходимых для ее прохождения.
- дать учащимся специальные знания, умения и навыки выживания в различных жизненных ситуациях, в том числе самых неблагоприятных;
- научить правильно, действовать в случаях природных и техногенных катастроф;
- научить адекватно, действовать в условиях острых социальных, социально-политических и военных конфликтов, внутренней готовности к деятельности в экстремальных условиях.
- воспитывать патриотические чувства.

2. Общая характеристика учебного предмета в учебном плане

Содержание программы выстроено по трем линиям: обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья; государственная система обеспечения безопасности населения; основы обороны государства и воинская обязанность. В ходе изучения предмета, обучающиеся получают знания о здоровом образе жизни, о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, их последствиях и мероприятиях, проводимых государством по защите населения. Большое значение придается также формированию здорового образа жизни и профилактике вредных привычек, привитию навыков по оказанию первой медицинской помощи пострадавшим. В ходе изучения предмета юноши формируют адекватное представление о военной службе и качества личности, необходимые для ее прохождения.

В программе реализованы требования федеральных законов:

- «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
- «Об охране окружающей природной среды»;
- «О пожарной безопасности»;
- «О гражданской обороне»;
- «Об обороне»;
- «О воинской обязанности и военной службе»;
- «О безопасности дорожного движения» и др.

3. Описание места учебного предмета в учебном плане.

Количество учебных часов, отведённое на освоение программы учебным планом МКОУ СОШ № 19 г. Ивделя п. Сама предусматривает 1 час в неделю обязательное изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10 классе в количестве 34 часов.

4. Требования к уровню подготовки обучающихся (ЗНАТЬ, УМЕТЬ):

Знать

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне ученик должен:

знать/понимать:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу; основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;

- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовки призывника;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
- правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);

уметь:

Уметь

- владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- владеть навыками в области гражданской обороны;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовки и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
 - ведения здорового образа жизни;
 - оказания первой медицинской помощи;
 - развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
 - обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи;
 - соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
 - адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
 - прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода и (или) велосипедиста и (или) водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей).

5. Содержание программы учебного предмета

Раздел 1. Государственная система обеспечения безопасности населения (13 час)

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ КОНЦЕПЦИИ НАЦИОНАЛЬНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ.

Чрезвычайные ситуации природного (метеорологические, геологические, гидрологические, биологические), техногенного (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности) и социального (терроризм, вооруженные конфликты) характера.

Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (РСЧС).

Гражданская оборона, ее предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от

опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.

Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника. Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.

Государственные службы по охране здоровья и обеспечения безопасности населения.

Раздел 2.

Сохранение здоровья и обеспечение личной безопасности. (10 час)

Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности. Факторы, влияющие на укрепление здоровья. Факторы, разрушающие здоровье.

Репродуктивное здоровье. Правила личной гигиены. **БЕРЕМЕННОСТЬ И ГИГИЕНА БЕРЕМЕННОСТИ. УХОД ЗА МЛАДЕНЦЕМ.**

Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах, поражениях электрическим током, переломах, кровотечениях; навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

Правила и безопасность дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств).

Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность.

Глава 5. Вооруженные силы РФ-защитники нашего отечества. (6 часов).

Темы уроков:

Защита Отечества - долг и обязанность граждан России. Основы законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан.

Вооруженные Силы Российской Федерации - основа обороны государства. **ИСТОРИЯ СОЗДАНИЯ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ.** Виды Вооруженных Сил. Рода войск.

Обязательная подготовка к военной службе. Требования к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовленности. Первоначальная постановка на воинский учет, медицинское освидетельствование. Призыв на военную службу.

Общие обязанности и права военнослужащих.

Порядок и особенности прохождения военной службы по призыву и контракту. Альтернативная гражданская служба.

Государственная и военная символика Российской Федерации, традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ, ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ДЛЯ СЛУЖБЫ В ВООРУЖЕННЫХ СИЛАХ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ.

6. Календарно-тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности.

№ п/п	Дата		Кол-во часов	Раздел, название темы	Основные виды учебной деятельности
	По плану	Факт			
Раздел 1. Государственная система обеспечения безопасности населения (12 час)					
1			1	Основные положения концепции национальной безопасности РФ.	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. <i>Характеризуют</i> основные положения концепции.
2			1	Чрезвычайные ситуации природного характера (метеорологические, геологические, гидрологические, биологические)	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Формулируют</i> правила поведения при ЧС природного характера.
3			1	Чрезвычайные ситуации техногенного характера (аварии на транспорте и объектах экономики, радиационное и химическое загрязнение местности)	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Формулируют</i> правила поведения при ЧС техногенного характера.
4			1	Чрезвычайные ситуации социального характера (терроризм, вооруженные конфликты).	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Формулируют действия</i> во время потенциальных опасностей социального происхождения, характерные для региона проживания. <i>Анализируют</i> рекомендации специалистов по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций.
5			1	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера (РСЧС).	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Характеризуют предназначение, структуру и задачи РСЧС. Обосновывают значение системы РСЧС для защиты населения от ЧС. Объясняют причины обращения в службы экстренной помощи.</i>
6			1	Основные направления деятельности государственных организаций и ведомств Российской Федерации по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения.	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Записывают и характеризуют</i> основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. <i>Обосновывают значение законодательных и правовых актов РФ для обеспечения безопасности населения.</i>
7			1	Гражданская оборона, ее предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий.	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Анализируют</i> текст учебника с целью определения ключевых понятий урока. <i>Формулируют</i> основные понятия и определения по гражданской обороне. <i>Оценивают</i> предназначение и задачи гражданской обороны. <i>Составляют в парах</i> план действий по предупреждению и ликвидации ЧС.
8			1	Современные средства поражения и их поражающие факторы.	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-

					исследовательское задание. <i>Характеризуют</i> современные средства поражения и их поражающие факторы. <i>Оценивают</i> потенциальные опасности ядерного оружия. <i>Моделируют</i> правила поведения и действий в случае использования химического, бактериологического оружия.
9			1	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС мирного и военного времени.	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Записывают</i> способы оповещения населения в чрезвычайных ситуациях. <i>Составляют</i> планы действий в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.
10			1	Правила безопасного поведения человека при угрозе террористического акта и захвате в качестве заложника.	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Моделируют</i> ситуации. <i>Запоминают</i> правила поведения в защитных сооружениях. <i>Отрабатывают в парах</i> действия населения в чрезвычайных ситуациях с использованием средств коллективной защиты.
11			1	Меры безопасности населения, оказавшегося на территории военных действий.	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Характеризуют</i> основные средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, медицинские средства защиты и профилактики. <i>Отрабатывают в парах</i> навыки пользования средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой)
12			1	Государственные службы по охране здоровья и обеспечения безопасности населения.	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Анализируют</i> порядок организации проведения аварийно-спасательных работ в зонах ЧС. <i>Формулируют</i> меры безопасности при проведении АС и ДНР.

Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 час).

13			1	Здоровый образ жизни как основа личного здоровья и безопасной жизнедеятельности.	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Обосновывают</i> значение здорового образа жизни. <i>Формулируют</i> основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него. <i>Составляют</i> критерии здоровья человека. <i>Характеризуют</i> способы и средства сохранения здоровья. <i>Определяют</i> в сравнении важность профилактических мероприятий для здорового иммунитета.
14			1	Факторы, влияющие на укрепление здоровья.	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание.

					<p>Формулируют критерии здоровья человека. Характеризуют вредные привычки и их влияние.</p> <p>Объясняют значение здорового образа жизни для человека.</p>
15			1	Факторы, разрушающие здоровье.	<p>Повторение темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. Готовят сообщение на тему «Вредные привычки- стадии зависимости».</p> <p>Заслушивают два три сообщения по теме. Формулируют вывод о необходимости избавления от вредных привычек.</p>
16			1	Репродуктивное здоровье.	<p>Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание.</p> <p>Обосновывают значение здорового образа жизни.</p> <p>Формулируют составляющие ЗОЖ.</p> <p>Анализируют критерии оценки здоровья человека и влияющие факторы.</p>
17			1	Правила личной гигиены.	<p>Повторение темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание.</p> <p>Формулируют правила личной гигиены.</p>
18			1	БЕРЕМЕННОСТЬ И ГИГИЕНА БЕРЕМЕННОСТИ.	<p>Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание.</p> <p>Характеризуют основные особенности беременности.</p> <p>Формулируют правила гигиены беременности.</p>
19			1	УХОД ЗА МЛАДЕНЦЕМ.	<p>Повторение темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание.</p> <p>Составляют режим дня младенца.</p> <p>Формулируют основные правила ухода за младенцем.</p>
20			1	Первая медицинская помощь при тепловых и солнечных ударах.	<p>Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание.</p> <p>Формулируют понятия: тренированность, мышечная сила и активность, гибкость, виды закаливания.</p> <p>Заполняют и анализируют таблицу: виды спорта, способствующие развитию здоровья человека.</p>
21			1	Первая медицинская помощь при поражениях электрическим током, переломах, кровотечениях.	<p>Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. Формулируют критерии здоровья человека</p> <p>Характеризуют вредные привычки и их влияние.</p> <p>Объясняют значение здорового образа жизни для человека.</p>
22			1	Навыки проведения искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.	<p>Повторение темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. Готовят сообщение на тему «Вредные привычки- стадии зависимости».</p> <p>Заслушивают два три сообщения по теме. Формулируют вывод о необходимости избавления от вредных привычек.</p>
Раздел 3. Основы военной службы (12 часов).					
23			1	Защита Отечества - долг и обязанность граждан России. Основы законодательства Российской Федерации об обороне государства и воинской обязанности граждан.	<p>Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание.</p> <p>Работают с учебником.</p> <p>Анализируют и сопоставляют военные</p>

					реформы Ивана Грозного и Петра I.
24			1	Вооруженные Силы Российской Федерации - основа обороны государства.	Повторение темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Исследуют</i> по материалам учебника реформы, проводимые во времена СССР и на современном этапе. <i>Формулируют</i> свое понимание роли Вооруженных Сил России для безопасности страны.
25			1	ИСТОРИЯ СОЗДАНИЯ ВООРУЖЕННЫХ СИЛ.	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Характеризуют</i> виды, рода Вооруженных Сил РФ. <i>Формулируют</i> предназначение каждого вида и рода войск. <i>Готовят</i> к следующему уроку выборочно сообщение по темам: «Сухопутные войска», «Военно-морской флот», «Военно-воздушные силы».
26			1	Виды Вооруженных Сил. Рода войск.	Повторение темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Выступают</i> со своими сообщениями о видах и родах войск. <i>Формулируют</i> вывод о значимости ВС РФ для безопасности страны.
27			1	Обязательная подготовка к военной службе. Требования к уровню образования призывников, их здоровью и физической подготовленности.	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Формулируют</i> функции и основные задачи современных Вооруженных Сил. <i>Характеризуют</i> управление Вооруженными Силами, реформу Вооруженных Сил. <i>Делают</i> вывод о необходимости осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.
28			1	Первоначальная постановка на воинский учет, медицинское освидетельствование. Призыв на военную службу.	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Работают с учебником, характеризуют</i> состав и предназначение других войск ВС РФ. <i>Оценивают</i> уровень своей подготовленности к военной службе.
29			1	Общие обязанности и права военнослужащих.	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Формулируют</i> требования воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина. <i>Исследуют</i> боевые традиции в вооруженных силах РФ. <i>Готовят</i> сообщения выборочно по темам: «Героизм», «Воинская доблесть», «Воинская честь».
30			1	Порядок и особенности прохождения военной службы по призыву и контракту.	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Выступают</i> со своими сообщениями по предыдущей теме. <i>Изучают</i> дни воинской славы <i>Характеризуют</i> формы увековечивания памяти российских воинов, отличившихся в сражениях.

31			1	Альтернативная гражданская служба.	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Анализируют</i> понятие о дружбе и войсковом товариществе как основе боевой готовности частей и подразделений. <i>Выполняют</i> тест «Настоящий ли ты друг?»
32			1	Государственная и военная символика Российской Федерации.	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Работают</i> с учебником. <i>Характеризуют</i> символы воинской чести. <i>Готовят</i> сообщение по теме «Знамя Победы»
33			1	Традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Зачитывают</i> сообщения по предыдущей теме. <i>Характеризуют</i> основные государственные награды.
34			1	ВОЕННО-ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ, ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ДЛЯ СЛУЖБЫ В ВООРУЖЕННЫХ СИЛАХ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ.	Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. <i>Анализируют</i> воинские ритуалы ВС РФ. <i>Формулируют</i> вывод о необходимости осуществления осознанного самоопределения к военной службе.

7. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса.

Учебно-методические средства обучения

- Смирнов А. Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учеб., для 10—11 кл. Смирнов А. Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: тестовый контроль качества, знаний старшеклассников: 10—11 кл./А.Т. Смирнов, М.В.Маслов — М.: Просвещение, 2002,
- Смирнов А. Г. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для 5кл./ А. Т. Смирнов, Б. О.Хренников, — М.: Просвещение, 2004—2006.
- Смирнов А. Г. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для 6кл./ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. — М.: Просвещение, 2005
- Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: для 7кл. / А. Т. Смирнов, Б. Хренников. — М.: Просвещение, 2006.
- Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб, для 9,кл./ А.Т. Смирнова Б.; Хренников. — М.: Просвещение, 2006.
- Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для учащихся 10 кл. общеобразовательных учреждений / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин. В. А. Васнев. — 7-е изд. — М.: Просвещение, 2006,
- Смирнов А. Т., Мишин Б. И., Васнев А. А. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для учащихся 11 кл. общеобразовательных. учреждений / А Т. Смирнов, Б-И. Мишин, В. А. Васнев. — 6-еизд. — М.: Просвещение, 2006.
- Армия государства Российского и защита Отечества / под ред. генерал-полковника В. В. Смирнова. — М.: Просвещение, 2004.
- Баль Л. В. Педагогу о здоровом образе жизни / Л. В. Баль. — М.: Просвещение, 2005.

- Вестник военной информации. — Агентство «Военинформ» Министерства обороны РФ и Российское информационное агентство «Новости». — 2004-2006. — №9 1—12.
- Дуров В. А Русские награды XVIII — начала XX в./В. А. Дуров. — 2-е изд.— М.: Просвещение, 2003.
- Дуров В. А: Отечественные-награды. 1918—1991 гг. / В. А. Дуров. — М.; Просвещение, 2005.
- Комплект плакатов «Безопасность дорожного движения»: 1—4 кл.: (Иллюстративный материал)/под ред. А. Т. Смирнова; — 24 листовки, 24 плаката (комплект для школьника, комплект для учителя).— М.: Просвещение, ООО «Рилионт», 2003.
- Комплект плакатов, «Безопасность дорожного движения»: 5—9 кл. (Иллюстративный материал)/под ред. А. Т.Смирнова; — 24 листовки, 24 плаката (комплект для школьника, комплект для учителя). — М.: Просвещение: ООО «Рилионт», 2003.
- Лях В. И. Тесты в физическом воспитании, школьников: пособие для учителя / В. И. Лях. — М.: ООО «Фирма „Издательство АСТ“», 1998.
- Лях В. И. Мой друг — физкультура: учеб. для учащихся 1—4 кл./ В. И. Лях. — 6-е изд. — М.: Просвещение, 2006.
- Лях В. И. Физическая культура: учеб. для учащихся 8—9 кл. / В. И. Лях, А. А. Зданевич; под ред. В. И. Ляха. — 2-е изд. — М.: Просвещение, 2006.
- Лях В. И Физическая культура: учеб. для учащихся 10—11 кл. /В. И: Лях, А. А. Зданевич; под ред. В. И. Ляха. — М.: Просвещение, 2006.
- Макеева А. Г, Все цвета, кроме черного: семейная профилактика нарко-тизма школьников: кн. для родителей / А. Г. Макеева. — М.: Просвещение, 2005.
- Макеева А. Г. Все цвета, кроме черного: педагогическая профилактика наркотизма школьников: метод; пособие для учителя: 7—9 кл. / А. Г. Макеева. — М: Просвещение, 2005.
- Основы безопасности жизнедеятельности: сб. заданий для проведения экзамена в 9 классе / научный руководитель Г. С; Ковалева; под общ., ред. А.Т.Смирнова. — М.: Просвещение, 2006.
- Сюньков В. Я. Методика преподавания курса «Основы безопасности жизнедеятельности»: 1— 4 классы / В. Я. Сюньков. — 2-е изд. — М: Просвещение, 2004.
- Топоров И. К. Методика преподавания курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в общеобразовательных - учреждениях: кн. для учителя / И. К. Топоров. — М.: Просвещение, 2000.
- Топоров И. К. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для учащихся 5—6 кл./И. К.Топоров. — 6-е изд. — М.: Просвещение, 2006
- Топоров И; К. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб.'для учащихся 7—8 кл. / И. К. Топоров. — 4-е изд. — М.: Просвещение, 2005
- Топоров И. К. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для учащихся 9 кл: — 5-е изд.— М.: Просвещение, 2006.
- Тупикин Б. И. Основы безопасности жизнедеятельности: тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10—11 кл. / Е. И. Тупикин, А. Т. Смирнов. — М.: Просвещение, 2002. :
- Федеральные законы Российской Федерации «О гражданской обороне», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О противодействии терроризму», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» и статью 14 Закона Российской Федерации «Об образовании» // Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. — М., 1998—2006.
- Программа по курсу ОБЖ: авторы А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, «просвещение»2006-2008 г.
- Фролов М.П., Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 классов общеобразовательных учреждений, -М., Астрель-АСТ, 2008;
- Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008;

- Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Ижевский П.В.. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008;
- Основы безопасности жизнедеятельности. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., -М., Просвещение, 2004;
- Основы подготовки к военной службе. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Васнев В.А., Чинённый С.А., -М., Просвещение, 2004;
- Тупикин Е.И., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: Тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10-11 класс: Пособие для преподавателей, -М., Дрофа, 2007;
- Смирнов А.Т. , Васнев В.А. Основы военной службы: учебное пособие, -М., Дрофа, 2004.

Учебные пособия:

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

Список литературы (основной)

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

(дополнительной)

1. Андрейчук В.И. Как себя защитить. – Л.: ГДОИФК. 1990.
2. Бабанский Ю.К. Методы обучения в современной школе. – М.: Провящение,1985.
3. Витренко Н.С., Костров А.М., Подготовка учащихся общеобразовательных школ по гражданской обороне: Учебное пособие по гражданской обороне. –М.: Энергоатомиздат,1986.
4. Волович В.Г. Человек в экстремальных условиях природной среды. – М. Мысль, 1983.

5. Гостюшин А.В. Энциклопедия экстремальных ситуаций. -М: Зеркало, 1994.
6. На службе Отечеству: Кн. для чтения по общественно государственной подготовке солдат(матросов), сержантов(старшин) Вооруженных Сил Российской Федерации. – М.: Русь РКБ, 1998.
7. Никифоров Ю.Б. Аутотренинг + физкультура. – М.: Советский спорт, 1989.
8. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. – М: Воениздат 1994.
9. Орлов Б.Н. и др. Ядовитые животные и растения СССР.-М.: Высшая школа, 1990.
10. Основы медицинских знаний учащихся: Пробный учебник для средних учебных заведений / Под редакцией М.И. Гоголева. – М.: Просвещение,1991.
11. Первая доврачебная помощь: Учебное пособие. –М.: Медицина, 1989.
12. Сорокин Ю.К. Атлетическая подготовка допризывника. –М.: Советский спорт, 1990.
13. Топоров И.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебное пособие для преподавателей. СПб., 1992.
14. Топоров И.К. Окружающий мир и Основы безопасности жизнедеятельности. Учеб для учащихся 10-11 кл. –М.: Просвящение, 1999.
15. Цивилюк Г.Е. Азы личной безопасности. –М: Просвящение, 1997.
16. Чеурин Г.С. Школа экологического выживания: Пособие по курсу ОБЖ. – Алматы. Рауан. 1994.

Интернет –ресурсы:

Название сайта	Электронный адрес
МЧС России	http://www.emercom.gov.ru
Министерство здравоохранения РФ	http://www.minzdrav-rf.ru
Министерство образования и науки РФ	http://mon.gov.ru/
Министерство природных ресурсов РФ	http://www.mnr.gov.ru
Федеральная служба России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды	http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm
Русский образовательный портал	http://www.gov.ed.ru
Федеральный российский общеобразовательный портал	http://www.school.edu.ru
Федеральный портал «Российское образование»	http://www.edu.ru
Издательский дома «Профкнига»	http://www.profkniga.ru
Издательский дом «1 сентября»	http://www.1september.ru
Фестиваль педагогический идей «Открытый урок» (издательский дом «1 сентября»)	http://festival.1september.ru
Энциклопедия безопасности	http://www.opasno.net
Личная безопасность	http://personal-safety.redut-7.ru
«Мой компас» (безопасность ребёнка)	http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det
Информационно-методическое издание для преподавателей ОБЖ-МЧС России	http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html
Эконавт-CATALOG (электронный каталог интернет ресурсов по Охране труда,	http://www.econavt-catalog.ru

Безопасности дорожного движения, Безопасности жизнедеятельности)	
Портал Всероссийской олимпиады школьников	http://rusolymp.ru/
Образовательные ресурсы Интернета – Безопасность жизнедеятельности	http://www.alleng.ru/edu/saf.htm
Безопасность. Образование. Человек. Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё Безопасности Жизнедеятельности	http://www.bezopasnost.edu66.ru

Мультимедийные издания

Основы безопасности жизнедеятельности. 5–9 классы: электронное пособие. — М.: Дрофа.

Стационарные наглядные пособия

- Таблицы по основам безопасности жизнедеятельности (М.: Дрофа)
- Гражданская оборона Российской Федерации.
- Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций Российской Федерации.
- Средства индивидуальной защиты.
- Средства коллективной защиты.
- Личная гигиена.
- Инфекционные заболевания.
- Таблицы по правилам пожарной безопасности (М.: Дрофа)
- Классификация пожаров.
- Причины пожаров в жилых и общественных зданиях.
- Признаки и поражающие факторы пожара.
- Правила поведения при пожаре в доме (квартире).
- Правила поведения при пожаре в общеобразовательном учреждении.
- Как выйти из задымленного помещения.
- Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру (помещение).
- Правила поведения при загорании телевизора.
- Правила поведения при загорании новогодней елки.
- Правила поведения в зоне лесного пожара.
- Правила безопасного тушения небольшого лесного пожара.
- Помощь человеку, на котором загорелась одежда.
- Первая медицинская помощь при термических ожогах.
- Первичные средства пожаротушения (огнетушители).
- Первичные средства пожаротушения (внутренний пожарный кран).
- Таблицы по защите от терроризма (М.: Дрофа)*
- Классификация терроризма.
- Взрывоопасные предметы.
- Безопасные расстояния до взрывоопасных предметов.
- Особенности поведения и одежды террориста-смертника.
- Правила безопасного поведения при угрозе взрыва.
- Как действовать, попав после взрыва в завал.
- Как действовать, попав под обстрел.
- Как действовать, попав в заложники.
- Действия при получении угрозы.
- Психологическая помощь в ситуациях террористического характера.
- Таблицы о факторах, разрушающих здоровье человека (М.: Дрофа)
- Алкоголизм.
- Наркомания.
- Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД).

– Табакокурение.

Экранно-звуковые пособия

Видеофильмы по основным темам и разделам курса ОБЖ в основной школе.
Аудиозаписи для проведения занятий, соревнований и праздников.

Технические средства обучения

Мультимедийный компьютер с пакетом программ и пособий по курсу ОБЖ.
Сканер с приставкой для сканирования слайдов.
Принтер лазерный.
Цифровая видеокамера.
Цифровая фотокамера.
Аудиоцентр.
Копировальный аппарат.
Мультимедиапроектор.
Экран на штативе или навесной.
Средства телекоммуникации (электронная почта, локальная школьная сеть, выход в Интернет).

Учебно-практическое оборудование:

Аудиторная доска с магнитной поверхностью и набором приспособлений для крепления таблиц.
Штатив для карт и таблиц.
Укладки для аудиовизуальных средств (слайдов, кассет и др.).
Бытовые дозиметры.
Компасы.
Визирные линейки.
Транспортиры.
Бинты марлевые.
Вата гигроскопическая нестерильная.
Вата компрессная.
Воронки стеклянные.
Грелки.
Жгуты кровоостанавливающие.
Индивидуальные перевязочные пакеты.
Косынки перевязочные.
Клеенка компрессорная.
Клеенка подкладочная.
Ножницы для перевязочного материала (прямые).
Повязки малые стерильные.
Повязки большие стерильные.
Шприц-тюбики одноразового пользования.
Шинный материал (плотные куски картона, рейки и т. п.) длиной от 0,7 до 1,5 м.
Противогазы.
Фильтрующие и изолирующие средства защиты кожи.
Респираторы.
Аптечка индивидуальная (АИ-2).
Противохимические пакеты.
Носилки санитарные.
Противопыльные тканевые маски.
Ватно-марлевые повязки.
Макеты и тренажеры
Макеты местности с потенциально опасными объектами, дорогами, водоемами, убежищами
Макеты жилых и промышленных зданий с системами жизнеобеспечения и технологическим оборудованием.
Макеты фильтрующих и изолирующих противогазов, респираторов в разрезе.
Макеты убежищ, укрытий с основными и вспомогательными помещениями, системами жизнеобеспечения в разрезе.

Тренажеры для оказания первой помощи.

Законодательные акты и нормативные правовые документы

Конституция Российской Федерации (последняя редакция).

Закон Российской Федерации «Об образовании» (последняя редакция).

Федеральный закон «О безопасности» (последняя редакция).

Федеральный закон «Об обороне» (последняя редакция).

Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (последняя редакция).

Федеральный закон «О гражданской обороне» (последняя редакция).

Федеральный закон «О пожарной безопасности» (последняя редакция).

Федеральный закон «О безопасности дорожного движения» (последняя редакция).

Федеральный закон «О противодействии терроризму» (последняя редакция).

Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности» (последняя редакция).

Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах» (последняя редакция).

Федеральный закон «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателя» (последняя редакция).

Указ Президента Российской Федерации «О мерах по противодействию терроризму» (от 15 февраля 2006 года № 116).

Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации (утв. Президентом Российской Федерации 5 октября 2009 года).

Положение о Национальном антитеррористическом комитете (утв. Указом Президента Российской Федерации от 15 февраля 2006 года № 116).

Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 го (утв. Указом Президента Российской Федерации от 12 мая 2009 года № 537).

Стратегия государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 года (утв. Указом Президента Российской Федерации от 9 июня 2010 года № 690).

Постановление Правительства Российской Федерации «О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций» (последняя редакция).

Постановление Правительства Российской Федерации «О классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (последняя редакция).

Постановление Правительства Российской Федерации «О подготовке населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций» (последняя редакция).

Правила дорожного движения Российской Федерации (последняя редакция).

Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).

8. Планируемые результаты изучения учебного предмета

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности выпускник школы должен знать:

- основные правила безопасного поведения в повседневной жизни и в условиях чрезвычайной ситуации, а также правила личной безопасности при угрозе террористического акта;
- организацию защиты населения в Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера и организационные основы борьбы с терроризмом;
- основные принципы здорового образа жизни;
- правила оказания первой медицинской помощи;
- основы обороны государства и военной службы;
- боевые традиции Вооруженных Сил России, государственные и военные символы Российской Федерации.
- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных

ситуаций природного и техногенного характера;

- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- историю Вооруженных Сил Российской Федерации и Дни воинской славы России;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы (по призыву и по контракту) и альтернативной гражданской службы;
- нормы международного гуманитарного права;
- требования, предъявляемые к уровню подготовленности призывников;
- основные виды воинской деятельности;
- строи отделения и порядок управления ими;
- назначение и боевые свойства автомата Калашникова;
- правила ухода за автоматом, порядок его хранения и сбережения;
- правила подготовки автомата к стрельбе;
- приемы и правила стрельбы из автомата;
- основы современного общевойскового боя;
- общие обязанности солдата в бою;
- основные способы передвижения солдата в бою;
- способы ориентирования на местности и движения по азимутам;
- основные цели и задачи военно-профессиональной ориентации;
- государственные и военные символы Российской Федерации;
- боевые традиции Вооруженных Сил России;
- классы сходных воинских должностей;
- общие требования к безопасности военной службы;
- порядок обязательного государственного страхования жизни и здоровья военнослужащих;
- общую организацию подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации и правила приема в образовательные учреждения военного профессионального образования;
- правила безопасности при обращении с оружием и при организации учебных стрельб;
- средства массового поражения и их поражающие факторы;
- защитные сооружения гражданской обороны и правила их использования;
- порядок размещения и условия быта военнослужащих;
-

Выпускник старших классов должен уметь:

- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;
- грамотно действовать при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;
- выполнять основные действия, связанные с будущим прохождением воинской службы (строевые приемы, воинское приветствие, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из автомата и т.д.);
- пользоваться справочной литературой для целенаправленной подготовки к военной службе с учетом индивидуальных качеств.
- применять основные способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.
- выполнять строевые приемы на месте и в движении;
- производить неполную разборку и сборку автомата Калашникова;
- вести стрельбу из автомата по неподвижным и появляющимся целям;

- ориентироваться на местности по карте и двигаться в заданную точку по азимуту;
- пользоваться индивидуальными средствами защиты;
- использовать приборы радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля;
- выполнять элементы строевой и тактической подготовки;
- выполнять физические упражнения в объеме требований, предъявляемых к молодому пополнению воинских частей и кандидатам, поступающим в высшие военно-учебные заведения;
- **использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни** для:
 - ведения здорового образа жизни; оказания первой медицинской помощи;
 - вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи;
 - формирования у себя психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву, к обучению по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах образовательных учреждений высшего профессионального образования.

