

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«УЛЬЯНОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА»**

ПРИНЯТА:
На педагогическом совете
«27» августа 2022 г.
Протокол № 11



УТВЕРЖДАЮ
Директор MAOU «Ульяновская СОШ»
Узерцов Ю.Л.
Приказ № 50 «27» августа 2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
ПО ОСНОВАМ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

10 класс

Учитель ОБЖ
Беклемешев Виталий Спиридонович

пос. Ульяновово
2022

Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе Федерального компонента государственного стандарта общего образования авторской программы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10–11 классов общеобразовательных учреждений (авторы программы – А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, М. А. Маслов, В. А. Васнев), напечатанной в сборнике «Программы общеобразовательных учреждений.

Основы безопасности. 1–11 классы» / под общ. ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2007, и в соответствии с федеральным компонентом Государственного стандарта среднего (полного) общего образования.

Описание места учебного предмета, курса в учебном плане

В соответствии с учебным планом школы на 2019 -2020 учебный год рабочая программа рассчитана на 34 часа в год (1 час в неделю).

Тип программы: программа изучения ОБЖ на базовом уровне.

В настоящей рабочей 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.

Содержание программы выстроено по трем линиям:

- обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья;
- государственная система обеспечения безопасности населения;
- основы обороны государства и воинская обязанность.

Итоговый и промежуточный (в конце I полугодия) контроль знаний обучающихся осуществляется в виде тестирования.

Реализация учебной программы обеспечивается учебным пособием Смирнов А. Т. - Основы безопасности жизнедеятельности : Учеб. для учащихся 10 кл. общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин, В. А. Васнев. — 5-е изд., перераб. — М. : Просвещение, 2004., включенным в Федеральный Перечень учебников, рекомендованных Министерством образования и науки РФ к использованию в образовательном процессе в общеобразовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 201__-201__ учебный год.

Общая характеристика учебного предмета.

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 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, определяемых военными 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. В программе реализованы требования Федеральных законов "Об обороне", "О воинской обязанности и военной службе", "О гражданской обороне", "О защите населения территории от чрезвычайных ситуаций природного техногенного характера" и постановлений Правительства Российской Федерации от 16 января 1995 года № 43 "О федеральной целевой программе "Создание развитие Российской системы предупреждения действий в чрезвычайных ситуациях", от 24 июля 1995 года № 738 "О порядке подготовки населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций".

Требования к результатам обучения и воспитания:

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в средней (полной) общеобразовательной школе направлен на достижение следующих целей:

- освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об основах обороны государства, о порядке подготовки граждан к военной службе, призыва и поступления на военную службу, прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы, об обязанностях граждан по защите государства;
- овладение умением оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим; осуществлять осознанное профессиональное самоопределение по отношению к военной службе и военной профессии;
- развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности ведения здорового образа жизни;

воспитание ценностного отношения к здоровью и человеческой жизни; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике, патриотизма и долга по защите Отечества; личностных качеств, необходимых гражданину для прохождения военной службы по призыву или контракту в Вооруженных Силах Российской Федерации или других войсках.

Сведения о планируемом уровне подготовки обучающихся

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 природного и техногенного характера;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- 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 контракту, альтернативной гражданской службы;

- требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;

- предназначение, структуру и задачи РСЧС;

- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

уметь:

- владеть способами 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;

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;

- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

Рабочая программа обеспечена учебно-методическим комплексом:

– Смирнов А. Т. - Основы безопасности жизнедеятельности : Учеб. для учащихся 10 кл. общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин, В. А. Васнев. — 5-е изд., перераб. — М. : Просвещение, 2004.

? Основы безопасности жизнедеятельности» для 10–11 классов общеобразовательных учреждений (авторы программы – А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, М. А. Маслов, В. А. Васнев)

II. Содержание учебного материала

Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях.

1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения.

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

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

Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним.

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

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

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

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

2. Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны.

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

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

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

Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения

Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях Порядок подачи сигнала "Внимание всем" Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действие населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях

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)

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

Отработать порядок получения и пользования средствами индивидуальной защиты.

Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. организация санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение План гражданской обороны образовательного учреждения Обязанности обучаемых.

Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний.

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

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.

4. Основы здорового образа жизни.

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

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

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

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

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

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

Курение и его влияние на состояние здоровья Табачный дым и его составные части Влияние курения на нервную систему, сердечнососудистую систему Пассивное курение и его влияние на здоровье

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

Раздел III. Основы военной службы.

5. Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества.

Организация вооруженных сил Московского государства в XIУ-ХУ веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XIV века. Военная реформа Петра 1, создание регулярной армии, ее особенности Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии

Создание Советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

Организационная структура Вооруженных Сил, виды Вооруженных Сил и рода войск. Ракетные войска стратегического назначения, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности. Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск, входящие в Сухопутные войска. Военно-воздушные Силы, история создания, предназначение, рода авиации Войска ПВО, история создания, предназначения, решаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС. Военно-морской Флот, история создания, предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации - государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руководство и управление Вооруженными Силами Реформа Вооруженных Сил России, ее этапы и их основные содержания. Пограничные войска Федеральной пограничной службы Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел Российской Федерации, Железнодорожные войска Российской Федерации, войска Федерального агентства правительственной связи и информации при Президенте Российской Федерации, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

6. Боевые традиции Вооруженных Сил России. Символы воинской чести.

Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечества. Патриотизм - духовно-нравственная основа личности военнослужащего - защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов - основное содержание патриотизма. Воинский долг - обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности

военнослужащего - защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг. Дни воинской славы России - дни славных побед, сыгравшие решающую роль в истории России. Основные формы увековечивания памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество - боевая традиция российской армии и флота.

Боевое знамя воинской части - особо почетный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания. История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звание "Герой Советского Союза", звание "Герой Российской Федерации". Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Порядок вручения личного составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку.

КАЛЕНДАРНО - ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 10 класс

/п	Наименование раздела программы	Тема урока	Количество часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля. Измерители	Элементы дополнительного содержания	/З	Дата проведения	
										лан	акт
	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2
	Безопасность и	Прав ила	1	Ур ок	Причи ны	<i>Знать</i> об основных	Практ ическая	Цели и задачи	1.1		

<p>защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях. (13 ч)</p> <p><i>Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения. (6 ч)</i></p>	<p>поведения в условиях вынужденного автономного существования</p>		<p>изучения и первичного закрепления новых знаний</p>	<p>попадания человека в условия вынужденного автономного существования.</p> <p>Меры профилактики и подготовки к безопасному поведению в условиях автономного существования.</p> <p>Правила ориентирования на местности, движения по азимуту.</p> <p>Правила обеспечения водой, питанием.</p>	<p>опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни, и правилах поведения в них.</p> <p><i>Уметь называть способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях</i></p>	<p>работа: Ориентирование на местности. (20 мин)</p>	<p>курса ОБЖ в текущем году</p>	<p>(учебник)</p>		
--	--	--	---	--	---	--	---------------------------------	------------------	--	--

					Обору дование временного жилища, добыча огня							
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

	2	3	4	5	6	7	8	9	0	1	2
		Пр авила поведен ия в ситуаци ях кримино генного характер а	1	Ко мбиниро ванный	Возможны е ситуации при встрече с незнакомцами на улице, в об- щественном транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью: на рынке, на стадионе, на вокзале и т. д.	<i>Знать</i> правила поведения в криминогенных ситуациях. <i>Уметь:</i> – объяснить элементарные сп особы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера; – использовать приобретенные навыки безопасного поведения и приемы самозащиты в зонах криминоген-ной опасности	Реше ние ситуацион ных задач		1.2 (уче бник)		
		Уг оловная ответств	1	Ко мбиниро ванный	Особеннос ти уголовной ответственности	<i>Знать</i> об уголовной ответственности	Реше ние ситуацион	ПДД Кодекс РФ об администрати	1.3 (уче		

		енность несовер шенноле тних		и наказания несовершенноле тних. Виды наказаний, назначаемые несовершенноле тним. Правила поведения в общественном транспорте. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нару-	несовершеннолетн их и видах наказаний, назначаемых несовершен нолетним. <i>Уметь</i> использовать полученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых	ных задач	вных нарушениях (извлечение) (статьи 114, 117, 119, 120). Уголовный кодекс РФ	бник)		
--	--	---------------------------------------	--	--	--	-----------	--	-----------	--	--

Продолжение табл.

		3		5	6	7	8	9	0	1	2
					шение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта. Хулиганство и вандализм, общие понятия. Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм	для безопасного поведения		(извлечение) (статьи 166, 264, 265, 269). Государственная инспекция безопасности дорожного движения			

		<p>Права поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера</p>	<p>Комбинированный</p>	<p>Знать потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания; правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций.</p> <p>Уметь использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для безопасного поведения</p>	<p>Решение ситуационных задач</p>	<p>ПДД Правила безопасного поведения в толпе. Основные «законы» безопасности движения. Опасные ситуации на дороге. Предупреждающие сигналы</p>	<p>1.4 (учебник)</p>		
--	--	--	------------------------	--	-----------------------------------	--	----------------------	--	--

Продолжение табл.

	2	3		5	6	7	8	9	0	1	2
						в Чрезвычайны х ситуациях природного и техногенного характера		Проф илактика детского дорожно- транспортн ого травматизм а			
		Единая государствен ная система предупрежде ния и ликвидации чрезвычайны х ситуаций, ее структура и задачи		Комбин ированный	РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций	<i>Знать</i> предназначен ие, структуру и задачи РСЧС. <i>Уметь</i> использовать полученные знания для обращения в случае необходимост и в службы экстренной помощи	И ндиви- дуальн ый опрос		1.5 (учеб ник)		
		Законы и другие нормативно- правовые акты РФ по обеспечению		Комбин ированный	Положени я Конституции Российской Федерации, гарантирующие права и свободы	<i>Знать</i> основные задачи государственн ых служб по защите	И ндиви- дуальн ый опрос		1.6 (учеб ник)		

		безопасности			<p>человека и гражданина. Основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»,</p>	<p>населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.</p> <p><i>Уметь</i> использовать полученные знания для обращения в случае необходимости и в службы экстренной помощи</p>					
--	--	--------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--

	2	3		5	6	7	8		0	1	2
					«О безопасности», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О противодействии и терроризму» и др.). Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан						
	<i>Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. (7 ч)</i>	Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи		Комбинированный	Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению	<i>Знать</i> о предназначении гражданской обороны, её структуре и	Проверочная работа по теме «Основные и		§ 2.1 (учебник)		

		гражданско й обороны		защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий. Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной	задачах. <i>Уметь</i> использовать полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности	ЧС, возникаю- щие в повседнев ной жизни, и правила безопасно го поведения ». (20 мин)				
--	--	-------------------------	--	--	---	---	--	--	--	--

Продолжение табл.

	2	3		5	6	7	8	9	10	11	12
		Со временн ые средства поражен ия, их поражаю щие факторы, мероприя тия по защите населени я		Комбин ированный	Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. Бактериологичес кое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, их поражающие факторы. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения	<i>Иметь</i> <i>представленн</i> <i>е о</i> современных средствах поражения и их поражающих факторах. <i>Уметь</i> предвидеть потенциальн ые опасности и правильно действовать в случае их наступления	Индиви -дуальный опрос		§ 2.2 (учеб ник)		

		<p>Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.</p>	<p>Комбинированный</p>	<p>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</p>	<p><i>Знать</i> способы оповещения населения в чрезвычайных ситуациях. <i>Уметь</i> действовать в чрезвычайных ситуациях</p>	<p>Индивидуальный опрос</p>		<p>§ 2.3 (учебник)</p>		
--	--	--	------------------------	---	--	-----------------------------	--	--------------------------------	--	--

	2	3		5	6	7	8	9	0	1	2
0		Организация индивидуальной защиты (самозащиты) населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени		Комбинированный	Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях	<i>Знать</i> виды защитных сооружений, правила поведения в защитных сооружениях. <i>Уметь:</i> – действовать в чрезвычайных ситуациях; – использовать средства коллективной защиты.	Индивидуальный опрос		2.4 (учебник)		
1		Средства индивидуальной защиты		Урок комплексного применения УУД учащимися	Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и	<i>Знать</i> основные средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, медицинские средства защиты и	Практическая работа: Отработка навыков пользования противогазом ГП-7. (15		2.5 (учебник)		

					профилактики	профилактики мин) . <i>Уметь</i> владеть навыками пользования средствами индивидуальн ой защиты (противогазом , респиратором, ватно- марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой)					
--	--	--	--	--	--------------	---	--	--	--	--	--

		3		5	6	7	8		0	1	2
2		Организация проведения аварийно-спасательных работ в зонах чрезвычайных ситуаций		Комбинированный	Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения	<p><i>Знать</i> об организации проведения аварийно-спасательных работ в зонах ЧС.</p> <p><i>Уметь</i> использовать полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности</p>	Индивидуальный опрос		2.6 (учебник)		
3		Организация гражданской обороны в образовательном учреждении		Урок комплексного применения УУД учащимися	Организация ГО в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. Отработка правил поведения	<p><i>Знать</i> об организации ГО в общеобразовательном учреждении; правила поведения</p>	Практическая работа: Отработка навыков поведения учащихся		2.7 (учебник)		

					в случае получения сигнала о ЧС. План гражданской обороны образовательного учреждения. Обязанности обучаемых	учащихся при получении сигнала о ЧС. <i>Уметь</i> действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!»	при получении сигнала о ЧС. (15 мин)				
--	--	--	--	--	--	---	--------------------------------------	--	--	--	--

	2	3		5	6	7	8		0	1	2
4	<p>Осн овы медицинс -ких знаний и здорового образа жизни. (10 ч)</p> <p><i>Осн</i> <i>овы</i> <i>медицинск</i> <i>их знаний</i> <i>и</i> <i>профилак</i> <i>тика</i> <i>нфекцион</i> <i>ных</i> <i>заболеван</i> <i>ий.</i> (3 ч)</p>	<p>Сохра нение и укрепление здо-ровья – важная часть подготовки юноши допризывно го возраста к военной службе и трудовой деятел ьности</p>		Комбин	<p>Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельно сти. Необходимость сохранения и укрепления здоровья – социальная потребность общества</p>	<p><i>Знать</i> основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него, о способах и средствах сохранения здоровья, важности профилактиче ских мероприятий для здорового иммунитета</p>	<p>Тестир ование. (20 мин)</p>		3.1 (учеб ник)		
		Инфек		Комбин	Инфекцио	<i>Знать</i>	Индиви		§		

5		<p>ционные заболе вания, их классифика ция</p>	<p>ированный</p>	<p>нные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике</p>	<p>об основные принципах классификаци и инфекционны х заболеваний. <i>Уметь</i> использовать приобретенны е знания и умения в повседневной жизни для соблюде ния мер профилактики инфекционны х заболева ний</p>	<p>дуальный опрос</p>		<p>3.2 (учеб ик)</p>		
---	--	--	------------------	---	--	---------------------------	--	------------------------------	--	--

	2	3		5	6	7	8	9	10	11	12
6		Основные инфекционные заболевания, их профилактика		Комбинированный	Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний	<i>Знать</i> об основных принципах профилактики и инфекционных заболеваний. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания и умения в повседневной жизни для соблюдения мер профилактики инфекционных заболеваний	Индивидуальный опрос		Повторить § 3.2 (учебник)		
7	Основа здорового образа жизни	Здоровый образ жизни. Факторы, влияющие		Комбинированный	Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения	<i>Знать</i> основное определение понятия «здоровый	Тестирование. (10 мин)		§ 4.1 (учебник)		

	жизни. (7 ч)	на здоровье			человека, направленная на укрепление и сохранение здоровья	образ жизни», о факторах, влияющих на здоровье. <i>Уметь</i> использоват ь приобретенн ые знания в повседневн ой жизни для ведения здорового образа жизни					
8		Основ ные составляющ ие здорового образа жизни		Комбин ированный	Общие понятия о режиме жизнедеятельно сти и его значение для здоровья человека, формирования духовных качеств	<i>Знать</i> основные составляющ ие здорового образа жизни и их влияние на безопасность	Индиви дуальный опрос		П овто- р ить § 4.1 (учеб ник) н		

		3	5	6	7	8		10	1	2
				<p>Пути обеспечения высокого уровня работоспособности . Основные элементы жизнедеятельности и человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических сил и духовных качеств</p>	<p>жизнедеятельности личности. Уметь использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни</p>					

9	Биологические ритмы	Комбинированный	Основные понятия о биологических ритмах организма	<p><i>Знать</i> основные составляющие здорового образа жизни.</p> <p><i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни</p>	Индивидуальный опрос	§ 4.2 (учебник)		
---	---------------------	-----------------	---	---	----------------------	-----------------	--	--

	3	5	6	7	8	10	1	2
0	Влияние биологических ритмов на работоспособность человека	Комбинированный	Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности и человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности и для повышения уровня работоспособности	<i>Знать</i> основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности и личности. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни	Решение ситуационных задач	Повторить § 4.2 (учебник)		
1	Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека	Комбинированный	Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям	<i>Знать</i> о факторах, способствующих укреплению здоровья. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для	Индивидуальный опрос	§ 4.3 (учебник)		

			физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия. Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья	ведения здорового образа жизни					
--	--	--	---	--------------------------------	--	--	--	--	--

		3		5	6	7	8		10	1	2
					<p>Правила использования факторов окружающей среды для закаливания. Необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закаливающих процедур</p>						
2		<p>Вредные привычки, их влияние на здоровье</p>		<p>Комбинированный</p>	<p>Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их социальные последствия. Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение</p>	<p><i>Знать о</i> вредных привычках– факторах, разрушающих здоровье. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни</p>	<p>Индивидуальный опрос</p>		<p>§ 4.4 (учебник)</p>		

				<p>умственной и физической работоспособности. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье</p>						
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

	2	3	5	6	7	8	10	1	2
				Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения					
3		Профилактика вредных привычек	Комбинированный	Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту	<i>Знать</i> о профилактике вредных привычек. <i>Уметь</i> использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни	Проверочная работа по теме «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни». (20 мин)			
4	Основы военной службы. (12 ч) <i>Вооруженные</i>	История создания Вооруженных Сил России	Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Организация вооруженных сил Московского государства в XIV–XV вв.	<i>Иметь представление</i> об истории создания Вооруженных Сил России. <i>Владеть</i>	Семинар	§ 5.1 (учебник)		

<p><i>Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества.(б ч)</i></p>			<p>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</p>	<p><i>навыками осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.</i></p>				
---	--	--	--	---	--	--	--	--

		3		5	6	7	8	9	10	1	2
5		История создания Вооруженных Сил России		Урок комплексного применения ЗУН учащимися	Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы	<i>Иметь представление</i> об истории создания Вооруженных Сил России. <i>Владеть навыками</i> осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе	Семинар		§ 5.1 (учебник)		
6		Организационная структура Вооруженных Сил России		Комбинированный	Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск. Ракетные	<i>Иметь представление</i> об организационной структуре ВС РФ. <i>Владеть навыками</i> осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе	Индивидуальный опрос	ПДД Водительские навыки	§ 5.2 (учебник)		

				<p>войска стратегического назначения, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности.</p> <p>Сухопутные войска, история создания, предназначение.</p> <p>Рода войск, входящие в Сухопутные войска</p>						
--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--

		3		5	6	7	8		10	1	2
7		Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение		Комбинированный	Военно-Воздушные Силы, история создания, предназначение, рода авиации. Войска ПВО, история создания, предназначение, решаемые задачи. Включение ПВО в состав ВВС. Военно-Морской Флот, история создания, предназначение	<i>Знать</i> состав и предназначение ВС РФ. <i>Владеть навыками</i> оценки уровня своей подготовленности к военной службе	Индивидуальный опрос		§ 5.2 (учебник)		
8		Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной		Комбинированный	Вооруженные Силы Российской Федерации – государственная военная организация, составляющая основу обороны страны.	<i>Знать</i> функции и основные задачи современных Вооруженных Сил. <i>Иметь представление</i> об управлении Вооруженными	Индивидуальный опрос		§ 5.3 (учебник)		

		безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил			Руководство и управление Вооруженными Силами. Реформа Вооруженных Сил России, ее этапы и основное содержание	Силами; о реформе Вооруженных Сил. <i>Владеть навыками осуществления осознанного само-определения по отношению к военной службе</i>					
--	--	---	--	--	---	--	--	--	--	--	--

	2	3	4	5	6	7	8	10		
								1	2	
9		Другие войска, их состав и предназначение		Комбинированный	Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение	<p><i>Знать</i></p> <p>состав и предназначение ВС РФ.</p> <p><i>Уметь</i></p> <p>оценивать уровень своей подготовленности и к военной службе</p>	Индивидуальный опрос	§ 5.4 (учебник)		
10	Боевые традиции Вооруженных Сил России. (3 ч)	Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества		Комбинированный	<p>Патриотизм – духовно-нравственная основа личности военнослужащего – защитника Отечества, источник духовных сил воина.</p> <p>Преданность своему Отечеству,</p>	<p><i>Знать</i> о требованиях воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.</p> <p><i>Уметь</i></p>	Проверочная работа по теме «Вооруженные Силы Российской Федерации – защитники нашего Отечества». (20 мин)	§ 6.1 (учебник)		

				<p>любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов – основное содержание патриотизма. Воинский долг – обязанность Отечеству по его вооруженной защите. Основные составляющие личности военнослужащего – защитника Отчества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг</p>	<p>использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы</p>				
--	--	--	--	---	--	--	--	--	--

		3		5	6	7	8		10	1	2
1		Памяти поколений – дни воинской славы России.		Урок комплексного применения УУД учащимися	Дни воинской славы – Дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России	<i>Знать</i> о днях воинской славы и о формах увековечения памяти. <i>Уметь:</i> – отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды; – использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы	Семинар		§ 6.2 (учебник)		
2		Дружба, войсковое товарищество		Комбинированный	Особенности воинского коллектива,	<i>Иметь представление</i> о дружбе и	Индивидуальный		§ 6.3 (учебник)		

		– основа боевой готовности частей и подразделений		<p>значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.</p> <p>Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота</p>	<p>войсковом товариществе как основе боевой готовности частей и подразделений.</p> <p><i>Уметь</i> использовать приобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы</p>	опрос				
--	--	---	--	---	--	-------	--	--	--	--

Окончание табл.

	2	3		5	6	7	8	9	10	11	12
3	Символы воинской чести. (3 ч)	Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы		Комбинированный	Боевое Знамя воинской части – особый почетный знак, отличающий особенности боевого подразделения, истории и заслуг воинской части. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания	Иметь представление о символах воинской чести. Уметь осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе	Тестирование. (20 мин)		§ 7.1 (учебник)		

4		<p>Орден а – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе</p> <p>Ритуа лы Вооруженн ых Сил Российской Федерации</p>	<p>Урок комп-лексного применения УУД учащимися</p>	<p>История государственн ых наград за военные отличия в России. Основные государственн ые награды СССР и России, звания Герой Советского Союза, Герой Российской Федерации</p> <p>Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Порядок вручение личному составу вооружения и военной техники.</p>	<p><i>Иметь</i> <i>представление</i> об основных государственны х наградах. <i>Уметь</i> отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренчес кие взгляды</p> <p><i>Иметь</i> <i>представление о</i> ритуалах ВС РФ.</p> <p><i>Уметь</i> осуществлять осознанное самоопределени е по отношению к военной службе</p>	<p>Прове рочная работа по теме «Символы воинской чести». (20 мин)</p>	<p>Учеб ные сборы: цель организац и, порядок проведени я</p>	<p>§ 7.2 (учебни к) § 7.3 (учебни к)</p>		
---	--	--	--	---	---	---	--	--	--	--

				Порядок проводов военнослужащ их, уволенных в запас или отставку						
--	--	--	--	---	--	--	--	--	--	--

Литература

1. Абрамова Г. С. Возрастная психология: Учеб. пособие для студентов высших учебных заведений. — 4-е изд. — М.: Академия, 1999.
2. Акимов В. А. и др. Основы анализа и управления рисков в природной и техногенной сферах: Учеб. пособие в системе образования МЧС России и РСЧС. Деловой экспресс, 2004.
3. Альтшулер В. М., Надеждин А. В. Наркомания: дорога в бездну: Кн. для учителей и родителей. — М.: Просвещение, 2000.
4. Армия государства Российского и защита Отечества/Под ред. В. В. Смирнова. — М.: Просвещение, 2004.

5. Байер К., Шейнберг Л. Здоровый образ жизни / Пер. с англ. — М.: Мир, 1997.
6. Большой энциклопедический словарь. — М.: Научное издательство «Большая Российская энциклопедия». — СПб.: Норинт, 1997.
7. Васнев В. А., Чинённый С. А. Основы подготовки к военной службе: Кн. для учителя. — М.: Просвещение, 2002.
8. Военная доктрина Российской Федерации // Вестник военной информации. — 2000. — № 5.
9. Здоровая семья / Пер. с англ. М. Г. Лунко, Д. А. Иванова.— М.: Крон-Пресс, 1994.
10. Конституция Российской Федерации (последняя редакция).
11. Концепция национальной безопасности Российской Федерации // Вестник военной информации. — 2000. — № 2.
12. Краткая медицинская энциклопедия: В 2 т. / Главный ред. академик РАМН В. И. Покровский. — М.: Научно-практическое объединение «Медицинская энциклопедия»; Крон-Пресс, 1994.
13. Макеева А. Г. Все цвета, кроме черного: семейная профилактика наркотизма школьников: Кн. для родителей / А. Г. Макеева. — М.: Просвещение, 2005.
14. Методические материалы и документы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: Кн. для учителя / Сост. А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин. — 2-е изд. — М.: Просвещение, 2004.
15. На службе Отечеству: Об истории Российского государства и его вооруженных силах, традициях, морально-психологических и правовых основах военной службы: Кн. для чтения по общественно-государственной подготовке солдат (матросов), сержантов (старшин) ВС РФ / Под ред. В. А. Золотарева, В. В. Марущенко. — 3-е изд. — М.: Русь; РКБ, 1999.
16. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.— М.: Военное издательство, 1994.

17. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: Учеб. для учащихся 10—11 кл. общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин, П. В. Ижевский. Под общ. ред. А. Т. Смирнова. — 6-е изд. — М.: Просвещение, 2007.
18. Основы безопасности жизнедеятельности: Справочник / [А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, Р. А. Дурнев, Э. Н. Аюпов; под общ. ред. А. Т. Смирнова]. — М.: Просвещение, 2007.
19. Основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности населения [Ю. Л. Воробьев, В. А. Тучков, Р. А. Дурнев; под общ. ред. Ю. Л. Воробьева]. — М.: Деловой экспресс, 2006.
20. Петров С. В., Бубнов В. Г. Первая помощь в экстремальных ситуациях: Практическое пособие. — М.: Издательство НЦ ЭНАС, 2000.
21. Противодействие терроризму: Учебно-метод. Пособие / под общ. ред. Ю. С. Паткевича. — Ижевск: Удмуртия, 2004.
22. Семейный кодекс Российской Федерации (последняя редакция). Смирнов А. Т., Хренников Б. О. Основы безопасности жизнедеятельности:
23. Сухомлинский В. А. Избранные педагогические сочинения: В 2 т. — М.: Педагогика, 1979.
24. Терроризм. Это должен знать каждый: рекомендации, разработанные Службой по борьбе с терроризмом Управления ФСБ России / Под ред. А. А. Кокорева. — М.: Изограф, 2000.
25. Тупикин Е. И., Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: Тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10—11 кл. — М.: Просвещение, 2002.
26. Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция). Федеральные законы «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», «Об альтернативной гражданской службе», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» и статью 14 Закона РФ «Об образовании», «О противодействии терроризму» // Собрание законодательства Российской Федерации: Официальное издание. — М, 1998; 2003—2006.

27.Физическая культура: Учеб. для учащихся 5—7 кл. общеобразоват. учреждений / Под ред. М. Я. Виленского. — М.: Просвещение, 2007.

28.Формирование здорового образа жизни подростков на уроках ОБЖ: Метод. пособие / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин. — М.: Вентана-Граф, 2002.

29.Чрезвычайные ситуации: Энциклопедия школьника / Под общ. ред. С. К. Шойгу. — М., 2004.

30.Энциклопедия для детей: Т. 3: География / Сост. С. Т. Исмаилова. — М.: Аванта+, 1994.

31.Энциклопедия для детей: Т. 4: Геология / Сост. С. Т. Исмаилова. — М.: Аванта+, 1995