**Муниципальное общеобразовательное учреждение**

**«Лицей №4»**

|  |  |
| --- | --- |
| **«Рассмотрено»**  на методическом объединении  Руководитель МО  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Водясова ЕС.  протокол №\_\_\_  от\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ | **«Утверждаю»**  Директор МОУ «Лицей №4»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Л.Н.Березина  Приказ № \_\_\_\_\_\_\_\_  от «\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

**Рабочая учебная программа**

**по Основам безопасности жизнедеятельности**

**10 класс**

**(базовый уровень)**

**Составитель**: Дворянинов А. П.,

учитель истории и обществознания, ОБЖ

**Саранск 2023Пояснительная записка**

Программа для 10-х классов предназначена для изучения тем в области безопасности жизнедеятельности учащимися с учетом их потребностей в повышении уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства. Данная программа реализует положения государственного образовательного стандарта третьего поколения. Планирование составлено на основе авторской программы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 10-11 классов общеобразовательных учреждений (автор программы Т.А. Смирнов, Б.О. Хренников, М.А. Маслов, В.А. Васнев), напечатанный в сборнике «Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности. 1-11 классы» / по общ. ред. А.Т. Смирнова. М.: Просвещение, 2012, и в соответствии с федеральным компонентом Государственного стандарта среднего (полного) общего образования.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 10 классе направлено на достижение следующих **целей**:

- воспитание у обучающихся ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства;

- развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и Социального харак­тера; потребности вести здоровый образ жизни; необходимых моральных, физических и психологических качеств для выполнения конституционного долга и обязанности гражданина России по защите Отечества;

- 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 мирного и военного времени; об обязанностях граждан по защите государства;

- формирование умений: оценки ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуа­циях; использования средств индивидуальной и коллективной защи­ты; оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

**Задачи:**

– 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.

**Общая** **характеристика предмета** «**Основы безопасности жизнедеятельности**».

Содержание курса «Основы безопасности жизнедеятельности» основано на положениях федеральных законов Российской Федерации и других нормативно-правовых актов в области безопасности личности, общества и государства:

Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г. (утверждена Указом Президента РФ от 12 мая 2009 г. №537);

Стратегия государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 г. (утверждена Указом Президента РФ от 9 июня 2010 г. №690);

ФЗ N 68 «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» от 21 декабря 1994 года;

ФЗ N 2397-1 «Об охране окружающей природной среды» от 21 февраля 1992 года;

ФЗ N 69 «О пожарной безопасности» от 21 декабря 1994 года;

ФЗ № 28 «О гражданской обороне» от 12 февраля 1998 года;

Требования к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования, представленной в федеральном государственном стандарте общего образования второго поколения. За основу проектирования структуры и содержания программы принят модульный принцип ее построения и комплексный подход к наполнению содержания для формирования у обучающихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, индивидуальной системы здорового образа жизни и антитеррористического поведения.

Модульный принцип позволяет:

-эффективнее организовать учебно-воспитательный процесс при изучении тематики ОБЖ;

- структурировать содержание программы при изучении предмета в 10-11 классах.

Структура предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» при модульном построении содержания образования включает в себя три учебных модуля.

**Место предмета «Основы безопасности жизни деятельности» в учебном плане.**

Для реализации содержания, учебных целей и задач предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10 классе в программе предусмотрены 34 часа на год (по одному часу в неделю). Этот объём для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» определён на базовом уровне. Кроме того, после окончания занятий в 10 классе предусмотрено проведение с обучающимися (гражданами мужского пола, не имеющими освобождения по состоянию здоровья) учебных сборов в течение 5 дней (35 часов) [[1]](#endnote-2)В соответствии с положениями нормативно-правовых актов Российской Федерации в области подготовки граждан к военной службе раздел 7 «Основы военной службы» изучается в образовательном порядке только с обучающимися – гражданами мужского пола. Подготовка обучающихся – граждан женского пола по основам военной службы может осуществляться только в добровольном порядке, с ними в это время в обязательном порядке проводятся занятия по углублённому изучению основ медицинских знаний.

**Содержание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»**

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

**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 обучающихся.

**Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

**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.

**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, сои, 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.**

**Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества.** Организация вооруженных сил Московского государства в XIV-XV 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 внутренний 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.

**Боевые традиции Вооруженных Сил России. Символы воинской чести.** Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечест**ва.** 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 личному составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку.

Цели обучения ОБЖ учащимися 10 – класса:

* **Образовательная –** освоение знаний о безопасномповедении 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 мирного и военного времени; об обязанности граждан по защите государства;
* **Воспитательная –** формирование у обучающихся ответственности за личную безопасность, безопасность общества и государства; ответственного отношения к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности; ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды как основы обеспечения безопасности жизнедеятельности личности, общества, государства;
* **Развивающая –** развитие духовных и физических качеств личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; потребности вести здоровый образ жизни; необходимых моральных, физических и психологических качеств для выполнения конституционного долга и обязанности гражданина России по защите Отечества;

Задачи обучения ОБЖ учащимися 10 – класса:

* Формировать умения: оценка ситуаций, опасных для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях;

По окончанию обучения учащиеся 10–го класса должны

*- знать /понимать:*

* 1. Основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
  2. Потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
  3. Основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
  4. Основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
  5. Предназначение, структуру и задачи РСЧС;
  6. Предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
  7. Основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
  8. Порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
  9. Состав и предназначение Вооруженных сил Российской Федерации;
  10. Основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
  11. Основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы
  12. Правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств)

*- уметь:*

1. Владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
2. Пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
3. Оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе;
4. Соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, велосипедистов, пассажиров и водителей транспортных средств);
5. Адекватно оценивать транспортные ситуации, опасные для жизни и здоровья;
6. 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)

- *использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для*:

1. Ведения здорового образа жизни;
2. Оказания первой медицинской помощи;
3. Развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы;
4. Вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи.
5. Понимания взаимосвязи учебного предмета с особенностями профессий и профессиональной деятельности, в основе которых лежат знания по ОБЖ.

В соответствии со здоровье сберегающим направлением развития школы при проведении уроков ОБЖ используются следующие здоровье сберегающие приемы: рациональная организация урока, соблюдение санитарно-гигиенических норм, использование проектного метода. Кроме того, здоровье сберегающий компонент реализуется через акцентирование здоровье формирующих элементов содержания предмета, через специально подобранные здоровье сберегающие темы:

1. Здоровый образ жизни и его составляющие
2. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.
3. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека

**Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№ модуля,** | **Наименование модулей, разделов, тем** | **Кол-во часов** |
| 1 | Основы безопасности личности и государства | 12 |
| 2 | Основы медицинских знаний и здорового образа жизни | 3 |
| 3 | Обеспечение военной безопасности государства | 19 |
|  | Всего часов | 34 |

**Итого:34 часа**

**Поурочное планирование учебной программы ОБЖ 10 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | **Тема урока** | **Кол-во часов** | **Элементы содержания** | **Виды самостоятельной работы** | **Вид занятия** | **Дата проведения** | |
| **План** | **Факт** |
|  | **1. Основы безопасности личности, общества и государства** | **12** |  |  |  |  |  |
| 1 | Автономное пребывание человека в природной среде. Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде | 1 | Автономное существование человека в условиях природной среды. Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования. | Анализ учебного текста | Урок изучения новых знаний |  |  |
| 2 | Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде | 1 | Обеспечение личной безопасности на дорогах. Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера. | Работа с документами | Комбинированный |  |  |
| 3 | Обеспечение личной безопасности на дорогах. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях | 1 | ЧС природного характера и возможные их последствия Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС природного характера. | Работа с иллюстративным материалом | Комбинированный |  |  |
| 4 | ЧС природного характера и возможные их последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС природного характера | 1 | ЧС техногенного характера и возможные их последствия Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС техногенного характера | Работа с иллюстративным материалом | Комбинированный |  |  |
| 5 | ЧС техногенного характера и возможные их последствия. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС техногенного характера | 1 | Военные угрозы национальной безопасности России и национальная оборона. Характер современных войн и вооружённых конфликтов. | Анализ учебного текста | Урок изучения новых знаний |  |  |
| 6 | Военные угрозы национальной безопасности России и национальная оборона. Характер современных войн и вооружённых конфликтов | 1 | Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения безопасности населения в ЧС  Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). | Разработка плана учебной деятельности, выделение главного, фиксирование информации в виде текста | Комбинированный |  |  |
| 7 | Нормативно-правовая база РФ в области обеспечения безопасности населения в ЧС. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи | 1 | Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность.  Контрольная работа №1 | Выступление перед аудиторией с проектом | Комбинированный |  |  |
| 8 | Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия. Факторы, способствующие вовлечению в террористическую деятельность. Профилактика их влияния | 1 | Экстремизм и экстремистская деятельность.  Основные принципы и направления противодействия терроризму и экстремизму. | Анализ учебного текста | Комбинированный |  |  |
| 9 | Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные принципы и направления противодействия терроризму и экстремизму | 1 | Положения Конституции РФ, Концепции противодействия терроризму в РФ ,ФЗ «О противодействию терроризму» «О противодействию экстремизму». Роль государства в обеспечении национальной безопасности РФ. | Анализ учебного текста | Комбинированный |  |  |
| 10 | Положения Конституции РФ, Концепции противодействия терроризму в РФ, ФЗ «О противодействию терроризму», «О противодействию экстремистской деятельности». Роль государства в обеспечении национальной безопасности РФ | 1 | Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения  Культура безопасности жизнедеятельности –условия формирования антитеррористического мышления | Анализ учебного текста | Урок изучения новых знаний |  |  |
| 11 | Значение нравственных позиций и личных качеств в формировании антитеррористического поведения. Культура безопасности жизнедеятельности – условия формирования антитеррористического поведения и экстремистского мышления | 1 | Уголовная ответственность за участие в террористической и деятельности. Ответственность за осуществление экстремисткой деятельности. Правила безопасного поведения при угрозе тер.акта. | Разработка плана учебной деятельности, выделение главного, фиксирование информации в виде текста | Комбинированный |  |  |
| 12 | Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Ответственность за осуществление экстремисткой деятельности. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта |  | Уголовная ответственность за террористическую деятельность. Ответственность за осуществление экстремисткой деятельности. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта |  |  |  |  |
|  | **2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.** | **3** |  |  |  |  |  |
| 13 | Сохранение и укрепление здоровья — важная часть подготовки юноши к военной службе и трудовой деятельности. Основные инфекционные заболевания и их профилактика. | 1 | Сохранение и укрепление здоровья — важная часть подготовки юноши к военной службе и трудовой деятельности. Основные инфекционные заболевания и их профилактика. | Анализ учебного текста | Комбинированный |  |  |
| 14 | Здоровый образ жизни. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека | 1 | Здоровый образ жизни. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека | Анализ учебного текста | Комбинированный |  |  |
| 15 | Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек | 1 | Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.  Вредные привычки и их влияние на здоровье. | Анализ учебного текста | Урок изучения новых знаний |  |  |
|  | **3. Обеспечение военной безопасности государства.** | **19** |  |  |  |  |  |
| 16 | Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны. Основные виды оружия и их поражающие факторы. Оповещение и информирование населения о ЧС мирного и военного времени | 1 | Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны. | Выступление перед аудиторией с проектом, работа с иллюстративным материалом | Комбинированный |  |  |
| 17 | Инженерная защита населения от ЧС мирного и военного времени. | 1 | Инженерная защита населения от ЧС мирного и военного времени. . Средства индивидуальной защиты населения. | Выступление перед аудиторией с проектом, работа с иллюстративным материалом | Комбинированный |  |  |
| 18 | Средства индивидуальной защиты населения | 1 | Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах чрезвычайных ситуаций.  Организация ГО в общеобразовательном учреждении. | Анализ учебного текста | Комбинированный |  |  |
| 19 | Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах ЧС. Организация ГО в общеобразовательном учреждении | 1 | История создания ВС РФ. Дни воинской славы России. Состав ВС РФ. Руководство и управление ВС РФ. | Анализ учебного текста | Комбинированный |  |  |
| 20 | История создания ВС РФ. Дни воинской славы России. Состав ВС РФ. Руководство и управление ВС РФ | 1 | Сухопутные войска ,их состав и предназначение. Вооружение и военная техника СВ. ВВС их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВС | Анализ учебного текста | Урок изучения новых знаний |  |  |
| 21 | Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника СВ. ВВС, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВС | 1 | ВМФ их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФРВСН их состав и предназначение. Вооружение и военная техникаРВСН. | Разработка плана учебной деятельности, выделение главного, фиксирование информации в виде текста | Комбинированный |  |  |
| 22 | ВМФ, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФ. РВСН, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника РВСН | 1 | ВДВ их состав и предназначение. Космические войска их состав и предназначение. | Анализ учебного текста | Комбинированный |  |  |
| 23 | ВДВ, их состав и предназначение. Войска воздушно-космической обороны, их состав и предназначение. Войска и воинские формирования, не входящие в состав ВС РФ | 1 |  |  |  |  |  |
| 24 | Патриотизм и верность воинскому долгу - качества защитника Отечества. Дружба и войсковое товарищество - основа боевой готовности частей и подразделений | 1 | Патриотизм и верность воинскому долгу --- качества защитника Отечества.Дружба и войсковое товарищество-- основа боевой готовности частей и подразделений. | Выступление перед аудиторией с проектом, работа с иллюстративным материалом | Комбинированный |  |  |
| 25 | Размещение военнослужащих. Распределение времени и повседневный порядок. Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих | 1 | Размещение военнослужащих.Распределение времени и повседневный порядок.Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих. | Анализ учебного текста | Комбинированный |  |  |
| 26 | Суточный наряд. Общие положения. Обязанности дежурного по роте. Обязанности дневального по роте | 1 | Суточный наряд .Общие положения .Обязанности дежурного по роте. Обязанности дневального по роте. | Анализ учебного текста | Урок изучения новых знаний |  |  |
| 27 | Организация караульной службы. Общие положения. Часовой и его неприкосновенность. Обязанности часового | 1 | Организация караульной службы. Часовой и его неприкосновенность. Обязанности часового. | Разработка плана учебной деятельности, выделение главного, фиксирование информации в виде текста | Комбинированный |  |  |
| 28 | Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата. Приёмы и правила стрельбы из автомата | 1 | Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата. Приёмы и правила стрельбы из автомата. | Практическое занятие | Комбинированный |  |  |
| 29 | Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата. Приёмы и правила стрельбы из автомата | 1 | Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата. Приёмы и правила стрельбы из автомата. | Практическое занятие | Комбинированный |  |  |
| 30 | Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата. Приёмы и правила стрельбы из автомата | 1 | Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Порядок неполной разборки и сборки автомата. Приёмы и правила стрельбы из автомата. | Практическое занятие | Комбинированный |  |  |
| 31 | Строи и управление ими. Строевые приемы и движение без оружия. Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении | 1 | Строи и управление ими. Строевые приемы и движение без оружия .Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении. | Практическое занятие | Комбинированный |  |  |
| 32 | Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Строи отделения, развёрнутый и походный строй. Выполнение воинского приветствия в строю, на месте и в движении | 1 | Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него. Строи отделения. Развёрнутый и походный строи. Выполнение воинского приветствия в строю , на месте и в движении. | Практическое занятие | Комбинированный |  |  |
| 33 | Строевая подготовка | 1 |  |  |  |  |  |
| 34 | Современный бой. Обязанности солдата в бою | 1 | Современный бой.  Обязанности солдата в бою. | Практическое занятие | Комбинированный |  |  |

**Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса.**

**Литература**

1. Программа по курсу ОБЖ: авторы А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, «Просвещение»2012 г.
2. Фролов М.П., Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Астрель-АСТ, 2008;
3. Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008;
4. 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;
5. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., -М., Просвещение, 2004;
6. Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2012;
7. 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;
8. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., -М., Просвещение, 2004;
9. Основы подготовки к военной службе. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Васнев В.А., Чинённый С.А., -М., Просвещение, 2004;
10. Тупикин Е.И., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: Тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10-11 класс: Пособие для преподавателей, -М., Дрофа, 2007;
11. Смирнов А.Т. , Васнев В.А. Основы военной службы: учебное пособие, -М., Дрофа, 2004.
12. Андрейчук В.И. Как себя защитить. – Л.: ГДОИФК. 1990.
13. . Бабанский Ю.К. Методы обучения в современной школе. – М.: Провящение,1985.
14. . Витренко Н.С., Костров А.М., Подготовка учащихся общеобразовательных школ по гражданской обороне: Учебное пособие по гражданской обороне. –М.: Энергоатомиздат,1986.
15. Волович В.Г. Человек в экстремальных условиях природной среды. – М. Мысль, 1983.
16. Гостюшин А.В. Энциклопедия экстремальных ситуаций. -М: Зеркало, 1994.
17. . На службе Отечеству: Кн. для чтения по общественно государственной подготовке солдат(матросов), сержантов(старшин) Вооруженных Сил Российской Федерации. – М.: Русь РКБ, 1998.
18. . Никифоров Ю.Б. Аутотренинг + физкультура. – М.: Советский спорт, 1989.
19. . Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. – М: Воениздат 1994.
20. Орлов Б.Н. и др. Ядовитые животные и растения СССР.-М.: Высшая школа, 1990.
21. . Основы медицинских знаний учащихся: Пробный учебник для средних учебных заведений / Под редакцией М.И. Гоголева. – М.: Просвещение,1991.
22. . Первая доврачебная помощь: Учебное пособие. –М.: Медицина, 1989.
23. . Сорокин Ю.К. Атлетическая подготовка допризывника. –М.: Советский спорт, 1990.
24. Топоров И.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебное пособие для преподавателей. СПб., 1992.
25. . Топоров И.К. Окружающий мир и Основы безопасности жизнедеятельности. Учеб для учащихся 10-11 кл. –М.: Просвящение, 1999.
26. . Цивилюк Г.Е. Азы личной безопасности. –М: Просвящение, 1997.
27. . Чеурин Г.С. Школа экологического выживания: Пособие по курсу ОБЖ. – Алматы. Рауан. 1994.

**Оборудование и приборы**

1. Компьютер
2. Противогаз
3. Учебный автомат

1. [↑](#endnote-ref-2)