

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по предмету «ОБЖ.» для 10 класса составлена в соответствии с:

1. Федеральным законом от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (редакция от 31.12.2014 г. с изменениями от 06.04.2015 г.).
2. 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).
3. Учебник для 10 класса «Основы безопасности жизнедеятельности» (М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов и др.; Под. Ред. Ю.Л. Воробьева. Москва. «Издательство Астрель», 2014 г.),

Цели и задачи, решаемые при реализации рабочей программы:

- **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.

Примерная программа предусматривает формирование у обучающихся следующих умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего образования являются:

- умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность;
- использование элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа;
- участие в проектной деятельности, в организации и проведении учебно-исследовательской работе;
- поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа.

Задачи обучения

- формирование у учащихся научных представлений о принципах и путях снижения «фактора риска» в деятельности человека и общества;

- выработка умений предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и адекватно противодействовать им;
- формирование у учащихся модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, а также развитие способностей оценивать опасные ситуации, принимать решения и действовать безопасно с учетом своих возможностей.

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета

Проблема патриотического воспитания молодежи актуальна как никогда. В условиях утраты нашим обществом традиционного российского патриотического сознания, широкого распространения равнодушия, цинизма, агрессивности и падения престижа военной службы формируется комплекс ущербности и неполноценности нации. У значительной части призывников отсутствует позитивная мотивация к добросовестной военной службе. Многие из них воспринимают ее как неприятную неизбежность и неблагодарную повинность, которую следует выполнять лишь во избежание уголовной ответственности. Причастность к защите Родины, гордость за принадлежность к Вооруженным силам, воинская честь и достоинство – эти понятия утрачивают в глазах призывной молодежи свою значимость. Поэтому очевидна неотложность решения острейших проблем воспитания патриотизму, как основы консолидации общества и укрепления государства.

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» предназначен для изучения учащимися тем в области безопасности жизнедеятельности с учетом их потребностей в повышении уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности для снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества, государства.

В соответствии учебным планом на изучение учебного предмета «ОБЖ» в 10 классе отводится 2 часа в неделю. Программа рассчитана на **70 часов** (35 учебных недель). В 10 классе используются: текущее оценивание, устный опрос, практические задания.

Общая характеристика учебного предмета ОБЖ

Курс предназначен для:

- формирования у учащихся основных понятий об опасностях и чрезвычайных ситуациях в повседневной жизни, об их последствиях для здоровья и жизни человека;
- выработки у них сознательного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности окружающих;
- приобретение учащимися способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных и угрожающих жизни условиях и умения адекватно реагировать на различные опасные ситуации с учётом своих возможностей;
- формирование у учащихся антиэкстремистского и антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приёму психоактивных веществ, в том числе наркотиков.

Структура курса «Основы безопасности жизнедеятельности» при модульном построении содержания основного общего образования включает в себя два учебных модуля и пять разделов. Под учебным модулем следует понимать конструктивно завершённую часть курса,

основанную на его методологии и включающую в себя такой объем учебного материала, который позволяет использовать его как самостоятельный учебный компонент системы курса «Основы безопасности жизнедеятельности»

Описание основных форм, методов и средств обучения

- Общеклассные формы: урок, собеседование, консультация, практическая работа, программное обучение, зачетный урок.
- Групповые формы: групповая работа на уроке, групповой практикум, групповые творческие задания.
- Индивидуальные формы: работа с литературой или электронными источниками информации, письменные упражнения, выполнение индивидуальных заданий.

Методы обучения: словесные - рассказ, беседа; наглядные - иллюстрации, демонстрации как обычные, так и компьютерные; практические — выполнение практических работ, самостоятельная работа со справочниками и литературой (обычной и электронной), самостоятельные письменные упражнения, самостоятельная работа за компьютером.

Технологии обучения:

дифференцированное, модульное, проблемное, развивающее, разноуровневое и технология критического обучения; классно-урочная технология обучения, групповая технология обучения, игровая технология (дидактическая игра).

Виды и формы контроля

Контрольные работы, самостоятельные работы, индивидуальные задания, тесты, устный опрос, викторины и практические задания, выполнение нормативов в практических видах деятельности — главная составляющая учебного процесса.

2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

- Уметь самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность;
- использовать элементов причинно-следственного и структурно-функционального анализа;
- участвовать в проектной деятельности, в организации и проведении учебно-исследовательской работе;
- уметь находить нужную информацию по заданной теме в источниках различного типа;
- оценивать и корректировать своё поведение в окружающей среде, выполнение в практической деятельности и в повседневной жизни экологических требований;
- уметь отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды;
- осуществлять осознанного выбора путей продолжения образования или будущей профессии.
- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- развитие правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- экологическое сознание, признание высокой ценности жизни во всех её проявлениях; знание основных принципов и правил отношения к природе; знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий; правил поведения в чрезвычайных ситуациях

Знать

потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности; правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях; соблюдение мер пожарной безопасности в быту и на природе; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности; основные поражающие факторы при авариях на химических и радиационных объектах; правила поведения населения при авариях; классификация АХОВ по характеру воздействия на человека; организация защиты населения при авариях на радиационно-опасных объектах; предназначение, структуру и задачи РСЧС; предназначение, структуру и задачи

гражданской обороны; основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан; историю Вооруженных Сил Российской Федерации и Дни воинской славы России; состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации; основные виды воинской деятельности; общие обязанности солдата в бою; основные способы передвижения солдата в бою; государственные и военные символы Российской Федерации. средства массового поражения и их поражающие факторы;

уметь:

предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам; принимать решения и грамотно действовать, обеспечивая личную безопасность при возникновении чрезвычайных ситуаций; действовать при угрозе возникновения террористического акта, соблюдая правила личной безопасности; пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

Кроме того, учащиеся должны обладать компетенциями по использованию полученных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим;
- выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни
- пользоваться индивидуальными средствами защиты;
- выполнять элементы строевой и тактической подготовки; обращаться к старшим (начальнику), действовать при выполнении приказаний и отдании воинского приветствия, соблюдать воинскую вежливость. Правильно выполнять команды в строю и одиночные строевые приемы без оружия. Выполнять воинское приветствие. Пользоваться средствами индивидуальной защиты, изготавливать простейшие средства защиты органов дыхания. Определять свое местонахождение, ориентироваться на местности без карты, Оказывать первую медицинскую помощь при травмах, ранениях, ожогах, тепловом и солнечном ударе, отморожении, утомлении, отравлении

3. Содержание учебного предмета

№	Тема	Количество часов по программе.
1.	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	17 часов
2.	Основы мед. знаний и здорового образа жизни	6 часов
3.	Основы военной службы	47 часов

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. (6 часов)

1. 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.

2. 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.

1. Вооруженные Силы Российской Федерации - защитники нашего Отечества.

Организация вооруженных сил Московского государства в XI-V-XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XIV века. Военная реформа Петра I, 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.

2. 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.

3. Символы воинской чести.

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.

Приложение 1. Календарно-тематическое планирование ОБЖ в 10 классе

№ уро-ка	Тема урока.	Планируемые результаты	Основные понятия	Оборудование.	Дата	
					план	факт
ОСНОВЫ КОМПЛЕКСНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни						
1.	Автономное пребывание человека в природной среде.	Сформировать у учащихся убеждения в необходимости общения с окружающей природной средой для сохранения и укрепления своего здоровья, а также в потребности целенаправленной подготовки к автономному существованию в природной среде.	Автономное существование, добровольная и вынужденная автономия	Учебник	3.09	
2.	Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде.	Практическая подготовка учащихся к однодневному турпоходу на природу, основные правила и порядок подготовки.	Личное снаряжение, азимут, выбор места для бивака.	Учебник, презентация «Как подготовиться к путешествию»	5.09	
3.	Обеспечение личной безопасности на дорогах	Систематизировать знания учащихся в области дорожного движения и сформировать у них убеждение в необходимости осознанного соблюдения ПДД всеми его участниками: пешеходами, пассажирами и водителями.	Участник дорожного движения, ДТП, основные обязанности пешехода	Учебник, ПДД.	10.09	
4.	Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях.	Систематизировать информацию по вопросам обеспечения личной безопасности в условиях наиболее часто встречающихся криминогенных ситуаций в повседневной жизни.	Собственная беспечность, правила личной безопасности	Учебник	12.09	
5.	Правила личной безопасности при угрозе террористического акта.	Обсудить с учащимися рекомендации специалистов по правилам безопасного поведения в наиболее характерных ситуациях, связанных с терроризмом.	Терроризм, правила поведения при угрозе возникновения террористического акта	Учебник, муляж взрывного устройства, маски, муляжи	17.09	

				оружия		
6.	Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности.	Познакомить учащихся, с понятием «террористическая деятельность» и уголовной ответственностью за участие в террористической деятельности.	Подстрекательство, незаконное вооруженное формирование, пособничество	Учебник, Федеральный закон «О противодействии терроризму»	19.09	
Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций						
7.	Чрезвычайные ситуации природного характера, причины их возникновения и возможные последствия.	Обобщить и систематизировать знания учащихся о ЧС природного характера, причинах их возникновения и возможных последствиях, воспитание милосердия, взаимопомощи и бескорыстия.	Чрезвычайная ситуация , шкала Меркали	Учебник, проектор, презентация	24.09	
8.	Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера	Обсудить с учащимися рекомендации по правилам безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях природного характера, помочь им сформировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в условиях ЧС природного характера, наиболее часто встречающихся в регионе проживания.	Ситуация, не зависящая от деятельности человека, правила безопасного поведения при ЧС	Учебник, проектор, презентация	26.09	
9.	Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия.	Обобщить и систематизировать знания учащихся о ЧС техногенного характера, причинах их возникновения и отрицательном влиянии их последствий на национальную безопасность России.	ЧС техногенного характера, авария, катастрофа	Учебник, проектор, презентация		

		Сформировать убеждение в необходимости постоянного повышения уровня культуры безопасности жизнедеятельности для обеспечения личной безопасности и безопасности окружающих в условиях ЧС техногенного характера.				
10.	Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций техногенного характера	Обсудить с учащимися рекомендации специалистов по правилам безопасного поведения в условиях возникновения различных чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Сформировать убеждение безопасного поведения в условиях ЧС техногенного характера, которые могут произойти в районе проживания. Разобрать возможные ситуации (если сигнал о ЧС застал в школе, на улице, дома).	Эвакуация, комплекс специальных мероприятий, инженерная защита населения в условиях ЧС	Учебник, проектор, презентация		
Современный комплекс проблем безопасности социального характера.						
11.	Военные угрозы национальной безопасности России.	Сформировать у учащихся убеждение в том, что обеспечение воинской обязанности РФ в настоящее время стало важнейшим направлением деятельности государства.	Национальная безопасность, типы угроз.	Учебник		
12.	Характер современных войн и вооруженных конфликтов.	Познакомить учащихся с основными особенностями современных войн и вооруженных конфликтов соответствии с их военно-политическими целями, средствами достижения этих целей и масштабами военных действий.	Военная доктрина, локальная региональная, крупномасштабная война	Учебник		
13.	Международный терроризм – угроза национальной безопасности России.	Познакомить учащихся с общими чертами международного терроризма и его характерными особенностями.	Черты характеризующие современный терроризм	Учебник, учебное пособие		
14.	Виды террористических актов, их цели и способы осуществления.	Познакомить учащихся с понятием «теракт», основными целями, способами и средствами его осуществления.	Террористическая деятельность	Учебник, учебное пособие		
15.	Наркотизм и национальная	Познакомить учащихся с понятиями	Наркотики, наркомания,	Учебник		

	безопасность России	«наркотики», «наркобизнес» и «наркомания»; сформировать у них убеждение в том, что наркомания в настоящее время является одним из основных факторов, угрожающих национальной безопасности.	наркотизм			
ЗАЩИТА НАСЕЛЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ОТ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ Нормативно-правовая база РФ по обеспечению безопасности личности, общества и государства						
16.	Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности.	Обсудить с учащимися ключевые положения ФЗ РФ, определяющих основы содержания образовательных программ в области безопасности жизнедеятельности.	Основополагающие документы страны по обеспечению безопасности	Учебник, Конституция РФ и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности		
17.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС), ее структура и задачи.	Познакомить учащихся с единой государственной системой предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ее основным предназначением, структурой и постоянно действующими органами управления РСЧС.	Постоянно действующие органы РСЧС	Учебник, Закон РФ «О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера».		
ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний						
18.	Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности.	Сформировать у учащихся убеждения в необходимости соблюдать нормы ЗОЖ при подготовке к военной службе и в дальнейшей взрослой жизни.	Первоначальная постановка граждан на воинский учет	Учебник, слайды		
19.	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.	Познакомить учащихся с основными инфекционными болезнями, их причинами и мерами по их профилактике.	Инфекционные болезни	Учебник, проектор, презентация.		
Здоровый образ жизни и его составляющие						
20.	Здоровый образ жизни	Познакомить учащихся с понятием и содержанием здорового образа жизни и	Факторы влияющие на здоровье	Учебник		

		его составляющими.				
21.	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.	Познакомить учащихся с биологическими ритмами и их влиянием на работоспособность человека и правилами по профилактике утомления.	Биологические ритмы, утомление	Учебник		
22.	Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.	Сформировать у учащихся убеждение в возрастании роли двигательной активности и физической культуры для укрепления и сохранения здоровья.	Значение физической культуры и закаливания	Учебник, проектор, слайды.		
23.	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	Сформировать у учащихся убеждение, что курение, употребление алкоголя и наркотиков пагубно влияют на здоровье человека.	Курение, употребление алкоголя и наркотиков	Учебник, проектор, слайды.		
ОСНОВЫ ОБОРОНЫ ГОСУДАРСТВА						
Гражданская оборона – составляющая часть обороноспособности страны						
24.	Гражданская оборона – составляющая часть обороноспособности страны.	Познакомить учащихся с предназначением гражданской обороны и ее задачами по защите населения от ЧС мирного и военного времени.	ГО - Система национальной безопасности	Учебник, стенд, плакаты или слайды.		
25.	Основные виды оружия и их поражающие факторы.	Познакомить учащихся с основными видами современного оружия и его поражающими факторами.	Обычные средства поражения и высокоточное оружие	Учебник, стенд, плакаты или слайды		
26.	Оповещение и информирование населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	Познакомить учащихся с системой оповещения и информирования населения об опасностях, возникающих при ЧС мирного и военного времени, и с основными способами оповещения населения.	Оповещение и информирование, «Внимание всем!»	Учебник, проектор, учебный фильм		
27.	Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций военного и мирного времени.	Познакомить учащихся с основными видами инженерных защитных сооружений для обеспечения безопасности населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.	Защитные сооружения	Учебник, стенд, плакаты, проектор, учебный фильм		
28.	Средства индивидуальной защиты.	Изучить основные характеристики с предназначением средств индивидуальной защиты органов	Устройство противогаза, АИ-2, ИПП-8	Учебник, стенд, противогазы		

		дыхания.				
29.	Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации.	Познакомить учащихся с основными мероприятиями, проводимыми во время аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС	АСНДР. Мероприятия медицинской защиты	Учебник, проектор, учебный фильм		
30.	Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.	Познакомить учащихся с организацией гражданской обороны в нашей школе	Подготовка психологическая	Учебник, план мероприятий ГО		
Вооруженные Силы РФ – защитники нашего Отечества						
31.	История создания Вооруженных Сил Российской Федерации.	Познакомить учащихся с основными этапами становления ВС России; сформировать у них убеждение в том, что ВС России будут составлять основу защиты нашего Отечества.	Развитие и становление ВС России	Учебник		
32.	Памяти поколений – дни воинской славы России.	Познакомить учащихся с днями воинской славы (победными днями) России, сформировать у них чувство гордости за свою Родину и уважение к подвигам наших воинов – защитников Отечества.	Дни воинской славы России – дни славных побед	Учебник, стенд.		
33.	Состав Вооруженных Сил РФ. Руководство и управление Вооруженными Силами РФ.	Познакомить учащихся с военной организацией государства, с составом ВС РФ, их руководством и управлением.	Обеспечение военной безопасности	Учебник, ФЗ «Об обороне», «Военная доктрина РФ».		
Виды Вооруженных Сил Российской Федерации и рода войск						
34.	Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника Сухопутных войск	Ознакомить учащихся с основными родами войск и их боевыми возможностями, основными видами стрелкового оружия в составе Сухопутных войск.	Вид и рода войск сухопутных войск	Учебник, стенды, проектор, учебный фильм.		
35.	Военно-Воздушные силы, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВС	Познакомить учащихся в общих чертах с ВВС как видом ВС РФ, его основным предназначением, составом, вооружением и военной техникой.	Вид и рода войск ВВС	Учебник, стенд, проектор, учебный фильм.		
36.	Военно-Морской флот, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФ	Познакомить учащихся в общих чертах с ВМФ как видом ВС РФ, его основным предназначением, составом,	Вид и рода войск ВМФ	Учебник, стенд, проектор, учебный фильм.		

		вооружением и военной техникой.				
37.	Ракетные войска стратегического назначения (РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника РВСН.	Познакомить учащихся в общих чертах с РВСН как самостоятельным родом войск, его предназначением, вооружением и военной техникой.	Самостоятельный род войск	Учебник, стенд, проектор, учебный фильм.		
38.	Воздушно-десантные войска, их состав и предназначение.	Познакомить учащихся в общих чертах с ВДВ как самостоятельным родом войск, их предназначением, составом, вооружением и военной техникой.	Высокомобильный самостоятельный род войск	Учебник, стенд.		
39.	Космические войска, их состав и предназначение.	Дать общее представление учащимся о Космических войсках как новом самостоятельном роде войск ВС РФ.	Принципиально новый самостоятельный род войск	Учебник, стенд.		
40.	Войска и воинские формирования, не входящие в состав Вооруженных Сил РФ.	Познакомить учащихся с составом и предназначением других войск.	Внутренние войска и войска ГО	Учебник, стенд.		
Боевые традиции Вооруженных Сил России.						
41.	Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества.	Сформировать у учащихся общее понимание об основных качествах, которыми должен обладать военнослужащий ВС РФ – защитник Отечества.	Отечество, патриотизм, воинский долг	Учебник, Устав внутренней службы ВС РФ		
42.	Дружба и войсковое товарищество – основы боевой готовности частей и подразделений.	Сформировать у учащихся убеждения в том, что взаимоотношения военнослужащих, основанные на дружбе и войсковом товариществе, обеспечивают высокий уровень боеспособности частей и подразделений ВС РФ.	Товарищество, войсковое товарищество	Учебник, УВС ВС РФ.		
ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ						
Размещение и быт военнослужащих, проходящих военную службу по призыву						
43.	Размещение военнослужащих.	Разобрать с учащимися ряд положений из Устава внутренней службы ВС РФ, касающихся размещения военнослужащих, проходящих военную службу по призыву.	Размещение военнослужащих	Учебник, Устав внутренней службы ВС РФ		
44.	Распределение времени и повседневный порядок.	Познакомить учащихся с рядом положений УВС, касающихся	Распорядок дня воинской части	Учебник, Устав внутренней		

		распределения времени и повседневного порядка жизнедеятельности военнослужащих, проходящих военную службу по призыву.		службы ВС РФ		
45.	Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих.	Познакомить учащихся с основными мероприятиями, связанными с сохранением и укреплением здоровья военнослужащих в воинских частях вооруженных сил РФ. Сформировать у учащихся убеждение в необходимости соблюдать нормы ЗОЖ, регулярно заниматься физической культурой и спортом, выполнять закаливающие процедуры и соблюдать правила личной гигиены.	Охрана здоровья военнослужащих	Учебник, Устав внутренней службы ВС РФ		
46.	Суточный наряд. Общие положения.	Познакомить учащихся с основным предназначением и составом суточного наряда.	Задачи и состав суточного наряда	Учебник, Устав внутренней службы ВС РФ		
47.	Обязанности дежурного по роте	Сформировать у учащихся представление о предназначении суточного наряда, роли дежурного по роте; познакомить с основными обязанностями дежурного по роте.	Дежурный по роте и его обязанности	Учебник, Устав внутренней службы ВС РФ		
48.	Обязанности дневального по роте	Ознакомить учащихся с предназначением и основными обязанностями дневального по роте, определенными УВС ВС РФ (глава 5).	Дневальный по роте и его обязанности	Учебник, Устав внутренней службы ВС РФ		
49.	Организация караульной службы. Общие положения.	Познакомить учащихся с положениями УК и КС ВС РФ по организации и несению караульной службы.	Караул – вооруженное подразделение, назначение и состав	Учебник, УГ и КС ВС РФ		
50.	Часовой и его неприкосновенность	Сформировать у учащихся представление о неприкосновенности личности часового и ее обеспечении.	Неприкосновенность часового	Учебник, УГ и КС ВС РФ		
51.	Обязанности часового	Познакомить учащихся с положениями УК и КС ВС РФ, определяющими основные обязанности часового.	Порядок применения оружия	Учебник, УГ и КС ВС РФ		

52.	Строй и управление ими	Познакомить учащихся с основным предназначением строевой подготовки в ВС РФ, разъяснить и показать основные положения военнослужащих в строю.	Строевая подготовка	Учебник, стенд, учебный фильм		
53.	Строевые приемы и движение без оружия	Познакомить учащихся с приемами и движениями, выполняемыми военнослужащими без оружия; показать как это делается; познакомить с командами, подаваемыми для исполнения строевых приемов, и отработать их.	Строевая стойка, строевые приемы	Учебник, Строевой устав ВС РФ, проектор, учебный фильм, плакат.		
54.	Строевые приемы и движение без оружия	Познакомить учащихся с приемами и движениями, выполняемыми военнослужащими без оружия; показать как это делается; познакомить с командами, подаваемыми для исполнения строевых приемов, и отработать их.	Строевая стойка, строевые приемы	Учебник, Строевой устав ВС РФ, проектор, учебный фильм, плакат.		
55.	Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении	Познакомить учащихся с правилами и порядком выполнения воинского приветствия без оружия, отработать воинское приветствие на месте и в движении.	Воплощение товарищеской сплоченности	Учебник, Строевой устав ВС РФ, плакат.		
56.	Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении	Познакомить учащихся с правилами и порядком выполнения воинского приветствия без оружия, отработать воинское приветствие на месте и в движении.	Воплощение товарищеской сплоченности	Учебник, Строевой устав ВС РФ, плакат.		
57.	Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него	Разъяснить учащимся и отработать с ними порядок выхода военнослужащего из строя и возвращения в строй.	Команды, определенные строевым уставом ВС РФ	Учебник, Строевой устав ВС РФ, плакат.		
58.	Строй отделения, развернутый строй, походный строй	Разобрать с учащимися строи отделения (развернутый, походный), порядок построения и движения в строю. Отработать порядок построения, пере-	Развернутый и походный строй	Учебник, Строевой устав ВС РФ, плакат.		

		строения и движения отделения в строю.				
59.	Строи отделения, развернутый строй, походный строй	Разобрать с учащимися строи отделения (развернутый, походный), порядок построения и движения в строю. Отработать порядок построения, перестро-ения и движения отделения в строю.	Развернутый и походный строй	Учебник, Строевой устав ВС РФ, плакат.		
60.	Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении	Отработать с учащимися порядок выполнения воинского приветствия в строю на месте и в движении.	Команды, определенные уставом ВС РФ	Учебник, Строевой устав ВС РФ, плакат.		
61.	Выполнение воинского приветствия в строю на месте и в движении	Отработать с учащимися порядок выполнения воинского приветствия в строю на месте и в движении.	Команды, определенные уставом ВС РФ	Учебник, Строевой устав ВС РФ, плакат.		
62.	Назначение и боевые свойства автомата Калашникова	Познакомить учащихся с предназначением и боевыми свойствами автомата Калашникова.	Огневая подготовка	Учебник, Наставление по огневой подготовке, макеты АК-47		
63.	Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова (практические занятия)	Отработать с учащимися порядок неполной разборки и сборки, разобрать с учащимися правила ухода за автоматом, его хранение и бережение.	Неполная и полная разборка АК	Учебник, Наставление по огневой подготовке, макеты АК-47		
64.	Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова (практические занятия)	Отработать с учащимися порядок неполной разборки и сборки, разобрать с учащимися правила ухода за автоматом, его хранение и бережение.	Особенности неполной и полной разборки АК	Учебник, Наставление по огневой подготовке, макеты АК-47		
65.	Порядок неполной разборки и сборки автомата Калашникова (практические занятия)	Прием норматива по неполной разборке и сборке автомата.	Особенности неполной и полной разборки	Учебник, Наставле-ние по стрелковому делу, макеты АК-47		
66.	Приемы и правила стрельбы из автомата	Научить учащихся приемам и правилам стрельбы из автомата из различных положений и с любого места, откуда видны цель или участок местности	Изготовка к стрельбе, произ-водство стрель-бы, прекра-ение стрельбы	Учебник, Наставление по огневой подготовке,		

				макеты АК-47		
67.	Приемы и правила стрельбы из автомата	Научить учащихся приемам и правилам стрельбы из автомата из различных положений и с любого места, откуда видны цель или участок местности	Изготовка к стрельбе, производство стрельбы, прекращение стрельбы	Учебник, Наставление по огневой подготовке, макеты АК-47		
68.	Современный бой	Познакомить учащихся в общих чертах с основными понятиями, характеризующими предназначение тактической подготовки военнослужащих.	Тактическая подготовка, характеристики современного боя	Учебник, Боевой устав ч. 1, Строевой устав ВС РФ		
69.	Обязанности солдата в бою	Познакомить учащихся с основными обязанностями солдата в бою.	Перебежки и переползания	Учебник, Боевой устав ч. 1.		
70.	Обязанности солдата в бою	Изучить основные обязанности и роль солдата в современном бою.	На полчетве-ренках, на боку, по -пластунски	Учебник, Боевой устав ч. 1.		
71.	ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ организуется и проводится в период учебных сборов (40 часов)	(по отдельному плану)				

ПРИЛОЖЕНИЕ 2. ОЦЕНОЧНЫЙ МАТЕРИАЛ

Контроль результатов обучения

Контроль результатов обучения осуществляется через использование следующих видов оценки и контроля ЗУН: входящий, текущий, тематический, итоговый. При этом используются различные формы оценки и контроля ЗУН: контрольная работа, тест, устный опрос. **Оценка знаний**
Знания и умения учащихся оцениваются на основании устных ответов (выступлений), а также практической деятельности, учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания.

1. **Оценку «5»** получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют в полной мере требованиям программы обучения. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «5» получает учащийся, набравший 90 – 100% от максимально возможного количества баллов.
2. **Оценку «4»** получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат, в общем, соответствуют требованиям программы обучения, но недостаточно полные или имеются мелкие ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «4» получает учащийся, набравший 70 – 89% от максимально возможного количества баллов.
3. **Оценку «3»** получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат соответствуют требованиям программы обучения, но имеются недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «3» получает учащийся, набравший 45 - 69% от максимально возможного количества баллов.
4. **Оценку «2»** получает учащийся, чей устный ответ (выступление), письменная работа, практическая деятельность или их результат частично соответствуют требованиям программы обучения, но имеются существенные недостатки и ошибки. Если при оценивании учебного результата используется зачёт в баллах, то оценку «2» получает учащийся, набравший 20 - 44% от максимально возможного количества баллов.

«Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях»

1. Что означает понятие: навыки выживания?

Варианты ответов:

- а) Приобретённые человеком, знания, умения позволяющие ему адаптироваться к неблагоприятной среде обитания.
- б) Способность адаптации человека.
- в) Способность человека выжить, приспособиться в экстремальных условиях.

2. Выжить - это:

- а) Сохранить здоровье, уцелеть в случае опасности.
- б) Адаптироваться к агрессивной (враждебной среде) обитания.
- в) Всё выше перечисленное.

3. При попадании в условия ЧС первым делом необходимо:

- а) Позвать на помощь.
- б) Успокоиться.
- в) Выработать план действий.

4. Что означает понятие: план выживания?

- а) Это совокупность скоординированных действий направленных на преодоление опасного для жизни фактора.
- б) Это жизненный план на отведённое человеку время.
- в) Это рационально обдуманный порядок действия направленный на становление активной жизненной позиции.

5. Что в походных условиях может заменить медицинский бинт?

- а) Прокипяченная в течении 10-15 мин. тряпичная материя.
- б) Подорожник.
- в) Жгут.

6. При открытом переломе порядок действий, в условиях ЧС?

- а) Вызвать помощь, дожидаться врачей.

б) Наложить жгут, перевязать рану, наложить шину.

в) Позволить ему истечь кровью.

7. В условиях автономного существования, для хранения пищи необходим?

а) Погреб.

б) Холодильник.

в) В зависимости от погодных условий.

8. Доброкачественность сомнительного продукта питания (при крайних случаях отсутствия пищи) проверяется следующим способом?

а) Положить в рот на 2-3 мин. при появлении неприятного привкуса выплюнуть.

б) Путём проб и ошибок.

в) Проверить на ком-либо.

9. Какой лед наиболее прочен?

а) синий

б) матовый

в) зеленоватого цвета (с вмерзшими камышами)

10. Как правильно переходить реку с быстрым течением?

- а) перпендикулярно
- б) под углом 45 градусов по течению
- в) под углом 45 градусов против течения

11. К полудню солнце отклоняется на

- а) север
- б) юг
- в) запад

12. Наиболее лучший способ очистки воды от бактерий:

- а) фильтрация
- б) кипячение
- в) отстаивание

Тесты по ОБЖ (10 класс)

1. Артериальное кровотечение возникает при:

- а) повреждении какой-либо артерии при глубоком ранении;
- б) поверхностном ранении в случае повреждения сосуда;
- в) неглубоком ранении в случае повреждения любого из сосудов.

2. Способ остановки кровотечения приданием возвышенного положения поврежденной конечности главным образом применяется при:

- а) любых ранениях конечности;
- б) поверхностных ранениях в случае венозного кровотечения;
- в) смешанном кровотечении.

3. Что необходимо сделать с раной перед наложением давящей повязки:

- а) обработать рану перекисью водорода или слабым раствором марганцовки;
- б) промыть рану водой и обработать ее зеленкой;
- в) обработать рану йодом.

4. Какова последовательность оказания первой помощи при ушибах:

- а) на место ушиба приложить теплую грелку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение;
- б) на место ушиба наложить холод, тугую повязку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение;
- в) на место ушиба нанести йодную сетку, обеспечить покой пострадавшему и доставить его в медицинское учреждение.

5. Повреждение тканей, возникающее при повышении их температуры свыше 50 °С:

- а) тепловой удар; б) солнечный удар; в) ожог.

6. Признаками перелома являются:

- а) нарушение функции конечности, сильная боль при попытке движения ею, деформация и некоторое ее укорочение, подвижность костей в необычном месте;
- б) тошнота и рвота, нарушение функции конечности, ее деформация и подвижность;
- в) временная потеря зрения и слуха, появление сильной боли при попытке движения конечностью.

7. При закрытом переломе бедра необходимо:

- а) попытаться определить подвижность ноги, согнув ее в коленном суставе, придать пострадавшему возвышенное положение;
- б) дать обезболивающее средство, положить две шины: длинную, от подмышечной впадины до наружной лодыжки, и короткую, от промежности до внутренней лодыжки;
- в) дать обезболивающее средство и наложить шину из подручного материала от подмышечной впадины до коленного сустава.

8. Один из признаков сотрясения головного мозга — это:

- а) увеличение лимфатических узлов;
- б) появление сыпи на руках и ногах;
- в) покраснение кожи в области суставов;
- г) нечеткость зрения и неодинаковые зрачки.

9. При укусах насекомых прежде всего необходимо:

- а) промыть ранку спиртом или слабым раствором марганцовки;
- б) аккуратно удалить жало, если оно есть;
- в) дать пострадавшему 1—2 таблетки димедрола (супрастина, тавегила), а также 1—2 таблетки глюконата кальция;
- г) на место укуса наложить холод.

10. Одной из составляющих здорового образа жизни является:

- а) малоподвижный образ жизни;
- б) небольшие и умеренные физические нагрузки;
- в) оптимальный уровень двигательной активности;
- г) курение и употребление алкоголя в небольших количествах.

Ответы: 1-а, 2-б, 3-а, 4-б, 5-в, 6-а, 7-б, 8-г, 9-б, 10-в.