|  |  |
| --- | --- |
| **«Принято»**  Руководитель МО  \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  ФИО  «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2010г. | **«Согласовано» «Утверждено»**  Заместитель директора по УВР Директор МОУ СОШ №  МОУ СОШ №5 \_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/ ФИО  ФИО  «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_2010г. «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_200\_\_\_г. |

***РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПЕДАГОГА***

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Ф.И.О., категория

по ОБЖ 10 класс

Предмет, класс и т.п.

г. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**2010 - 2011 учебный год**

1. **Пояснительная записка**

**Учебная программа для 10-х классов**

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 второго поколения.

Разработанная программа предусматривает теоретические и практиче­ские занятия по разделу «Основы военной службы» в 10-м классе из расчета 1 час в неделю (35 часа в год) с завершением обучения проведением 5-дневных сборов по 40-часовой учебной программе на базе воинских частей, организацией РОСТО (ДОСААФ), оборонно-спортивных учреждений (лаге­рей, центров и т.п.) и образовательных учреждений среднего (полного) обще­го образования (по отдельной программе).

Программа выстроена по двум логичес­ки взаимосвязанным модулям и трём входящим в них разделам:

**Модуль I (M-I). Основы безопасности лич­ности, общества и государства**

*Раздел I.* Основы комплексной безопасности.

**Модуль II Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

*Раздел II.* Основы здорового образа жизни.

*Раздел III.* Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи.

**Модуль III (M-III). Обеспечение военной бе­зопасности государства**

*Раздел IV.* Основы обороны государства.

Изучение каждого модуля завершается написанием реферата. Темы рефератов даны в методическом пособии «Основы безо­пасности жизнедеятельности» (А.Т. Смир­нов и др.).

При этом разделы I- III изучаются учащи­мися (юношами и девушками) совместно.

Данная учебная программа предусмат­ривает формирование у учащихся умений и навыков, а также ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельнос­ти. В этом направлении приоритетными для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» являются следующие умения и навыки:

* умение самостоятельно и мотивиро­ванно организовывать свою познавательную деятельность в области безопасности жиз­недеятельности;
* умение использовать элементы при­чинно-следственного и структурно-функ­ционального анализа для прогноза возник­новения различных опасных и чрезвычай­ных ситуаций (природного, техногенного и социального характера);
* умение анализировать свое поведение в повседневной жизни и в различных опас­ных и чрезвычайных ситуациях, в том чис­ле при угрозе совершения террористичес­кого акта; вносить определенные корректи­вы в свое поведение для повышения уровня культуры в области безопасности жизнеде­ятельности и защищенности своих жизнен­но важных интересов от внешних и внутрен­них угроз;
* умение формировать свою жизненную позицию в области безопасности жизнедеятельности на основе самовоспитания и самообучения;
* навыки в проектной деятельности по организации и проведению учебно-исследовательской работы по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни в условиях чрезвычайных ситуаций;
* навыки в поиске нужной информации в области безопасности жизнедеятельности в источниках различного типа;
* ключевые компетенции в понимании своего гражданского долга как гражданина Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности России, в том числе и по вооруженной защите Российской Федерации;
* ключевые компетенции в осуществлении осознанного выбора своей будущей профессиональной деятельности, связанной с защитой жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз и направлении продолжения своего образования.

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

* воспитание у обучаемых 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.

Реализация указанных целей обеспечивается содержанием про­граммы, которая систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в основной общеобразовательной школе, и способствует формированию у них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства.

Структурно программа состоит из трех разделов и тринадцати тем.

Раздел I «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвы­чайных ситуациях» предназначен для систематизации и углубления знаний обучаемых в вопросах обеспечения личной безопасности че­ловека и организации в Российской Федерации защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени, по­лученных при изучении основ безопасности жизнедеятельности в 5—9 классах. Раздел состоит из двух обобщающих тем: «Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения», «Гражданская оборона — состав­ная часть обороноспособности страны».

Раздел II «Основы медицинских знаний и здорового образа жиз­ни» предназначен для формирования у обучаемых знаний о здоровом образе жизни, основных инфекционных и неинфекционных заболе­ваниях, средствах их профилактики и правилах оказания первой ме­дицинской помощи. Раздел состоит из четырех тем.

Раздел III «Основы военной службы» предусматривает изучение основных положений, раскрывающих содержание обязательной под­готовки молодежи к военной службе. Раздел состоит из семи тем, в которых последовательно раскрывается содержание обязательной подготовки граждан к военной службе. В процессе изучения тематики раздела учащиеся получат начальные знания в области обороны, озна­комятся с основными положениями Военной доктрины Российской Федерации; получат сведения о Вооруженных Силах Российской Фе­дерации, их структуре и предназначении для обеспечения националь­ной безопасности страны; уяснят роль и значение военно-патриоти­ческого воспитания молодежи в деле подготовки граждан России к выполнению конституционного долга по защите Отечества.

Предлагаемая программа предусматривает совместное изучение учебного материала юношами и девушками, кроме тем «Воинская обязанность», «Особенности военной службы», «Военнослужащий — защитник Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил», «Основы военной службы» (практические занятия на базе воинской части).

**Цели и задачи курса:**

* **методы и формы обучения:**

Для организации познавательной деятельности учащихся на уроках ОБЖ целесообразно использовать разнообразные методы и формы обучения. *Перцептивные: (словесные, наглядные, практические)* рассказ, лекция, беседа, семинары демонстрация, практические занятия. Соревнования. Ролевые игры.

*Логические: (индуктивные и дедуктивные)* логическое изложение и восприятие учебного материала учеником. (Анализ ситу­ации).

*Гностический: объяснительно-репродуктивный, информационно поисковый, исследовательский.* (Реферат. Доклад. Проектное задание)

*Кибернетический: управления и самоуправления учебно-познавательной деятельностью.*

*Контроля и самоконтроля* (устный, письменный).

*Стимулирования и мотивации.*

*Самостоятельной учебной деятельности*.

*Фронтальная форма* обучения, активно управляет восприятием информации, систематическим повторением и закреплением знаний учениками.

*Групповая форма* обеспечивает учёт дифференцированных запросов учащихся.

*Индивидуальная работа* в наибольшей мере помогает учесть особенности темпа работы каждого ученика.

* **предполагаемые результаты:**

В результате учебного процесса учащиеся получают весь комплекс знаний умений и навыков запланированного учебного процесса;

* **общая характеристика учебного процесса: методы, формы обучения и режим занятий**

В учебном процессе используются методы рассказа, показа, тренировок при изучении тем практической направленности. Информационная тематика предполагает большее использование на занятиях анализа ситуаций, объяснительно-репродуктивной, информационно поисковой, исследовательской

деятельности учащихся.

* **логические связи данного предмета с остальными предметами (разделами) учебного (образовательного) плана;**

Практически вся тематика ОБЖ базируется на знаниях получаемых учащимися при изучении других общеобразовательных предметов. Поэтому на уроках ОБЖ непременно используется межпредметная связь: физкультура – ЗОЖ; история – ОВС; биология – ЗОЖ, оказание ПМП; география – выживание в природе, химия – опасные в-ва, экологическая безопасность; физика – природные явления, техногенные аварии и катастрофы.

* **система оценки достижений учащихся;**

Деятельность учащихся на уроках ОБЖ оценивается с позиций современных образовательных технологий: личностного подхода в обучении, развивающего обучения и успешности деятельности учащихся. Задания носят развивающий характер. Оценивание имеет форму стимулирования обучения и саморазвития школьника в рамках возможностей учащихся.

* **инструментарий для оценивания результатов;**

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

* **приводится используемая в тексте программы система условных обозначений.**

***Раздел I (P-I). Раздел II (P-II). Раздел III (Р-III). Раздел IV (P-IV).* Модуль I (М-I). Модуль II (М-П).**

**УМК:**

Программы общеобразовательных учреждений ***«Основы безопасности жизнедеятельности» 1-11 классы. Под общей редакцией А.Т. Смирнова Москва: «Просвещение», 2006 г.***

Учебник ***«Основы безопасности жизнедеятельности». 8 класс: учебник для общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под общ. ред. А.Т. Смирнова; Российская академия образования, издательство «Просвещение». – 4-е издание. – М. : Просвещение, 2010. – 224 с.***

Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008;

Таблицы – по гражданской обороне.

***Тематический контроль по ОБЖ. Е.И. Тупикин; издательство «Интеллект-центр». – Москва: 2005 г.***

**Межпредметные связи:**

физкультура – ЗОЖ; история – ОВС; биология – ЗОЖ, оказание ПМП; география – выживание в природе, химия – опасные в-ва, экологическая безопасность; физика – природные явления, техногенные аварии и катастрофы.

**Содержание тем**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование разделов и тем | Всего ча­сов | Количество часов | |
| теоретические | Практические |
| **M-I** | **Основы безопасности личности, общества и государства** | **23** |  |  |
| **P-I** | **Основы комплексной безопасности** | **13** |  |  |
| Тема 1 | Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни | 6 |  |  |
| Тема 2 | Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны | 7 |  |  |
|  | **Итоговое задание** |  |  |  |
| **M-II** | **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни** | **10** |  |  |
| **Р- II** | **Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи** | **10** |  |  |
| Тема 3 | Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний | 3 |  |  |
| Тема 4 | Здоровый образ жизни и его составляющие | 7 |  |  |
|  | **Итоговое задание** |  |  |  |
| **M-III** | **Обеспечение военной безопасности государства** | **12** |  |  |
| **P- III** | **Основы обороны государства** | **12** |  |  |
| Тема 5 | Виды Вооруженных сил Российской Федерации и рода войск Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны | 6 |  |  |
| Тема 6 | Боевые традиции Вооруженных сил России | 6 |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  | **Всего часов** | **35** |  |  |

**Учебно-тематическое планирование**

**по основам безопасности жизнедеятельности**

Классы **10**

Учитель **Пахомова Юлия Владимировна**

Количество часов всего **35** час; в неделю **1** час.

Плановых контрольных уроков \_\_\_, зачетов \_\_\_, тестов ч.

Административных контрольных уроков \_\_\_ч.

Планирование составлено на основе **комплексной программы «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 10-11 классов под общей редакцией А.Т. Смирнова**

Учебник ***«Основы безопасности жизнедеятельности». 10 класс: учебник для общеобразовательных***

***Учреждений: базовый и профильный уровни / А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В.А. Васнев; под общ. ред. А.Т.***

***Смирнова; Российская академия образования, издательство «Просвещение». – 8-е издание. – М. : Просвещение,***

***2008. – 176***

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ***№*** | ***Наименование***  ***раздела и темы урока*** | ***Кол-во часов*** | ***Тип***  ***Урока*** | ***Элементы содержания*** | ***Требования к уровню подготовки обучающихся*** | ***Вид***  ***контроля*** | ***Домашнее***  ***задание*** | ***Дата проведения*** | |
| **Модуль – I**  **Основы безопасности личности, общества и государства** | | | | | | | | | |
| **Pаздел-I**  **Основы комплексной безопасности (13 ч)** | | | | | | | | | |
| **Тема 1**  **Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни (6 часов)** | | | | | | | | | |
| 1 | **1.1.**  **Правила поведения в условиях вынужденного автономного существования** | 1 | Урок изучения и первичного закрепления новых знаний | Причины попадания человека в условия вынужденного автономного существования.  Меры профилактики и подготовки к безопасному поведению в условиях автономного существования.  Правила ориентирования на местности, движения по азимуту.  Правила обеспечения водой, питанием.  Оборудование временного жилища, добыча огня | ***Знать***об основных опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни, и правилах поведения в них.  ***Уметь*** называть способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях | Индивидуальный опрос | §1.1-1.2 читать, знать правила в условиях вынужденного автоном-ного существования |  |  |
| 2 | **1.2.**  **Правила поведения в ситуациях криминогенного характера** | 1 | Комбинированный | Возможные ситуации при встрече с незнакомцами 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 т. д. | ***Знать***правила поведения в криминогенных ситуациях.  ***Уметь:***  объяснить элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера;  ***Использовать*** приобретенные навыки безопасного поведения и приемы самозащиты в зонах криминогенной опасности | Решение ситуационных задач | § 1.3 читать, терроризм основные понятия |  |  |
| 3 | **1.3.**  **Уголовная ответственность несовершеннолетних** | 1 | Комбинированный | Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних.  Виды наказаний, назначаемые несовершеннолетним.  Правила поведения в общественном транспорте.  Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нару шение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта.  Хулиганство и вандализм, общие понятия. Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм | ***Знать***об уголовной ответственности несовершеннолетних и видах наказаний, назначаемых несовершеннолетним.  ***Уметь***использоватьполученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для безопасного поведения | Решение ситуационных задач | § 1.4 читать, ПДД, административные нарушения несовершеннолетних |  |  |
| 4 | **1.4.**  **Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера** | 1 | Комбинированный | Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Правила безопасного поведения при угрозе террористического акта, при захвате в качестве заложника | ***Знать***потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;  правила безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций.  ***Уметь***использоватьприобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для безопасного поведения в Чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера | Решение ситуационных задач | § 1.5 читать, составить памятку  для пассажира «Правила безопасного поведения в транспорте» |  |  |
| 5 | **1.5.**  **Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ее структура и задачи** | 1 | Комбинированный | РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи, решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций | ***Знать*** предназначение, структуру и задачи РСЧС.  ***Уметь***использоватьполученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи | Индивидуальный опрос | § 1.6 читать, знать структуру РС ЧС |  |  |
| 6 | **1.6.**  **Законы и другие нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности** | 1 | Комбинированный | Положения Конституции Российской Федерации, гарантирующие права и свободы 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»,  «О безопасности»,  «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан | *Знать* основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.  *Уметь* использоватьполученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи | Индивидуальный опрос | § 1.7 читать, основные задачи государственной службы |  |  |
| **Тема 2**  **Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны (7 часов)** | | | | | | | | | |
| 7 | **2.1.**  **Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны** | 1 | Комбинированный | 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 | *Знать* опредназначении гражданской обороны, её структуре и задачах.  *Уметь* использоватьполученные знания и умения для обеспечения личной безопасности | Индивидуальный опрос | § 2.1 читать, знать предназначение ГО |  |  |
| 8 | **2.2.**  **Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения** | 1 | Комбинированный | Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, их поражающие факторы. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения | *Иметь представление* о современных средствах поражения и их поражающих факторах.  *Уметь* предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления | Индивидуальный опрос | § 2.2 сделать памятку «Безопасность химического и биологического терроризма» |  |  |
| 9 | **2.3.**  **Оповещение**  **и информирование населения об опасностях, возникающих**  **в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени.** | 1 | Комбинированный | 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 | *Знать* способы оповещения населения в чрезвычайных ситуациях.  *Уметь* действовать в чрезвычайных ситуациях | Индивидуальный опрос | § 2.3 читать, знать виды эвакуации |  |  |
| 10 | **2.4.**  **Организация инженерной защиты (самозащиты) населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени** | 1 | Комбинированный | Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях | *Знать* видызащитных сооружений,  правила поведения в защитных сооружениях.  *Уметь:*  – действовать в чрезвычайных ситуациях;  – использовать средства коллективной защиты. | Индивидуальный опрос | Повторение пройденного материала |  |  |
| 11 | **2.5.**  **Средства индивидуальной защиты** | 1 | Урок комплексного применения ЗУН учащимися | Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики | *Знать* основные средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, медицинские средства защиты и профилактики.  *Уметь* владеть навыкамипользования средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) | Индивидуальный опрос | Знать основные СИЗ органов дыхания и кожи |  |  |
| 12 | **2.6.**  **Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций** | 1 | Комбинированный | Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ, проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ. Санитарная обработка людей после пребывания их в зонах заражения | *Знать* об организации проведения аварийно-спасательных работ в зонах ЧС.  *Уметь* использоватьполученные знания и умения для обеспечения личной безопасности | Индивидуальный опрос | Знать об организации аварийно-спасательных работ. |  |  |
| 13 | **2.7.**  **Организация гражданской обороны в образовательном учреждении. Эвакуация населения** | 1 | Урок комплексного применения  ЗУН учащимися | Организация ГО в общеобразовательном учреждении, ее предназначение.  Отработка правил поведения в случае получения сигнала о ЧС. План гражданской обороны образовательного учреждения. Обязанности обучаемых | *Знать* оборганизации ГО в общеобразовательном учреждении;правила поведения учащихся при получении сигнала о ЧС.  *Уметь* действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!» | Индивидуальный опрос | Знать об организации ГО в общеобразовательном учреждении |  |  |
| **Модуль-II**  **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 часов)** | | | | | | | | | |
| **Раздел-II**  **Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (10 часов)** | | | | | | | | | |
| **Тема- 3**  **Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (3 часа)** | | | | | | | | | |
| 14 | **3.1.**  **Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой**  **Деятельности** | 1 | Комбинированный | 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 | *Знать* основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него, о способах и средствах сохранения здоровья, важности профилактических мероприятий для здорового иммунитета. | Индивидуальный опрос | § 24 стр. 128-131 читать, сообщение. |  |  |
| 15 | **3.2.**  **Инфекционные**  **заболевания, их классификация** | 1 | Комбинированный | Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике | *Знать* об основные принципах классификации инфекционных заболеваний.  *Уметь* использоватьприобретенные знания и умения в повседневной жизни для  соблюдения мер профилактики инфекционных  заболеваний | Индивидуальный опрос | § 25 стр. 132-137 читать, вопросы. |  |  |
| 16 | **3.3.**  **Основные инфекционные заболевания, их профилактика** | 1 | Комбинированный | Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний | *Знать* об основные принципах профилактики инфекционных заболеваний.  *Уметь* использоватьприобретенные знания и умения в повседневной жизни для  соблюдения мер профилактики инфекционных  заболеваний | Индивидуальный опрос | § 25 стр. 132-137 читать, вопросы.  Задание в тетради |  |  |
| **Тема 4**  **Здоровый образ жизни и его составляющие (7 часов)** | | | | | | | | | |
| 17 | **4.1.**  **Здоровый образ жизни. Факторы, влияющие на здоровье** | 1 | Комбинированный | Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, направленная на укрепление и сохранение здоровья | *Знать* основное определение понятия «здоровый образ жизни», о факторах, влияющих на здоровье. *Уметь* использоватьприобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни | Тестирование.  (10 мин) | §26 стр.138-143 читать, вопросы. |  |  |
| 18 | **4.2.**  **Основные составляющие здорового образа жизни** | 1 | Комбинированный | Общие понятия о режиме жизнедеятельности и его значение для здоровья человека, формирования духовных качеств. 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 сил и духовных качеств | *Знать* основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности. *Уметь* использоватьприобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни | Индивидуальный опрос | Учебник §26 стр.140-143, подготовить сообщение на тему: «Духовное и физическое состояние молодежи в нашем районе». |  |  |
| 19 | **4.3.**  **Биологические ритмы** | 1 | Комбинированный | Основные понятия о биологических ритмах организма | *Знать* основные составляющие здорового образа  жизни.  *Уметь* использоватьприобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни | Индивидуальный опрос | Учебник  §27 стр.144-146, проработать вопросы 1-4 |  |  |
| 20 | **4.4.**  **Влияние биологических ритмов на работоспособность человека** | 1 | Комбинированный | Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности | *Знать* основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности.  *Уметь* использоватьприобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни | Решение ситуационных  Задач | Повторить  §27 стр147.  Сообщение на тему: «Влияние здорового образа жизни на долголетие» |  |  |
| 21 | **4.5.**  **Значение двигательной активности и закаливания организма**  **для здоровья человека** | 1 | Комбинированный | Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия. Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей среды для закаливания. Необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закаливающих процедур | *Знать* офакторах, способствующих укреплению здоровья*.*  *Уметь* использоватьприобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни | Индивидуальный опрос | Учебник §28 стр.148-151, вопросы 1-2 |  |  |
| 22 | **4.6.**  **Вредные привычки, их влияние на здоровье** | 1 | Комбинированный | Вредные привычки (употребление алкоголя, курение, употребление наркотиков) и их социальные последствия.  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 и сердечнососудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье. Наркомания и токсикомания | *Знать* о вредных привычках–факторах, разрушающих здоровье.  *Уметь* использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни | Индивидуальный опрос | Учебник §29 стр.152-156  сообщение на тему: «жизнь без наркотиков» |  |  |
| 23 | **4.7.**  **Профилактика вредных**  **Привычек** | 1 | Комбинированный | Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту | *Знать* о профилактике вредных привычек.  *Уметь* использовать приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни | Устный опрос | Повторение §29 стр.157, вопросы 1-4 |  |  |
| **Модуль-III**  **Обеспечение военной безопасности государства (12 часов)** | | | | | | | | | |
| **Раздел-III**  **Основы обороны государства (12 часов)** | | | | | | | | | |
| **Тема-5**  **Виды Вооруженных сил Российской Федерации и рода войск Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны (6 часов)** | | | | | | | | | |
| 24 | **5.1.**  **История создания Вооруженных Сил России** | 1 | Урок комплексного применения ЗУН учащимися | Организация вооруженных сил Московского государства в XIV–XV вв. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание  массовой армии | *Иметь представление* об истории создания Вооруженных Сил России.  *Владеть навыками* осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе. | Устный опрос | Учебник § 37 стр.192- 196  вопросы 1,3. |  |  |
| 25 | **5.2.**  **История создания Вооруженных Сил России** | 1 | Урок комплексного применения ЗУН учащимися | Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение.  Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы | *Иметь представление* об истории создания Вооруженных Сил России. *Владеть навыками* осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе | Устный опрос | Учебник § 37 стр.197  вопросы 2,4. |  |  |
| 26 | **5.3.**  **Организационная структура Вооруженных Сил России** | 1 | Комбинированный | Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск.  Ракетные войска стратегического назначения, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности.  Сухопутные войска, история создания, предназначение. Рода войск, входящие в Сухопутные войска | *Иметь представление* об организационной структуре ВС РФ.  *Владеть навыками* осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе | Индивидуальный опрос | Учебник § 37 стр.192- 196  Записать в тетрадь, какую структуру имели ВС СССР после  ВОВ |  |  |
| 27 | **5.4.**  **Виды Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение** | 1 | 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 | *Знать* состав и предназначение ВС РФ.  *Владеть навыками* оценки уровня своей подготовленности к военной службе. | Индивидуальный опрос | Повторить § 37 стр.192- 196 |  |  |
| 28 | **5.5.**  **Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил** | 1 | Комбинированный | Вооруженные Силы Российской Федерации – государственная военная организация, составляющая основу обороны страны.  Руководство и управление Вооруженными Силами.  Реформа Вооруженных Сил России, ее этапы и основное содержание | *Знать* функции и основные задачи современных Вооруженных Сил.  *Иметь представление* об управлении Вооруженными Силами;о реформе Вооруженных Сил.  *Владеть навыками* осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе. | Индивидуальный опрос | Учебник § 39 стр.208-210 сообщение на тему: «Военные округи Российской Федерации» |  |  |
| 29 | **5.6.**  **Другие войска, их состав и предназначение** | 1 | Комбинированный | Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение | *Знать* состав и предназначение ВС РФ.  *Уметь* оценивать уровень своей подготовленности к военной службе | Индивидуальный опрос | Учебник  § 40 -43 стр.212-229  состав и предназначение ВС РФ. |  |  |
| **Тема-6**  **Боевые традиции Вооруженных сил России (6 часов)** | | | | | | | | | |
| 30 | **6.1.**  **Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества** | 1 | Комбинированный | 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 Отчества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг | *Знать* о требованиях воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональнымкачествам гражданина. *Уметь* использовать приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы. | Устный опрос | Учебник  §6.1 стр.242-245 подготовить сообщение на тему: «Основные качества, присущие к военнослужащему ВС РФ – защитнику Отечества» |  |  |
| 31 | **6.2.**  **Памяти поколений – дни воинской славы России.** | 1 | Урок комплексного применения ЗУН 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. | *Знать* о днях воинской славы и о формах увековечения памяти.  У*меть:*  –отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды;  – использоватьприобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы | Устный опрос | Учебник  §38  стр.198-207  вопросы 1, 3 |  |  |
| 32 | **6.3.**  **Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений** | 1 | Комбинированный | Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.  Войсковое товарищество – боевая традиция Российской армии и флота | *Иметь представление* о дружбе и войсковом товариществе как основе боевой готовности частей и подразделений.  ***Уметь***использоватьприобретенные знания для  развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы | Индивидуальный опрос | Учебник § 48 стр.246-251 проработать вопросы стр.250 1-4 |  |  |
| 33 | **6.4.**  **Боевое Знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы** | 1 | Комбинированный | Боевое Знамя воинской части – особо 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.  ***Умет****ь* осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе. | Устный опрос | Знатьо символах воинской чести. |  |  |
| 34 | **6.5.**  **Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе** | 1 | Урок комплексного применения ЗУН учащимися | История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звания Герой Советского Союза,  Герой Российской Федерации | ***Иметь*** *представление* об основных государственных наградах.  ***Уметь***отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды | Устный опрос | Знать об основных государственных наградах. |  |  |
| 35 | **6.6.**  **Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации** | 1 | Комбинированный | Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части. Порядок вручение личному составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку | ***Иметь представление***о ритуалах ВС РФ.  ***Уметь*** осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе. | Проверочная работа по теме «Символы воинской чести». | Знать о ритуалах ВС РФ. |  |  |
|  | **Всего часов** | **35** |  |  |  |  |  |  |  |

**Требования к уровню подготовки учащихся, обучающихся по данной программе**

***Выпускники должны***

**знать/понимать:**

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

**уметь:**

* применять основные способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
* пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защи­ты;
* оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осоз­нанное самоопределение по отношению к военной службе.
* выполнять строевые приемы на месте и в движении;
* производить неполную разборку и сборку автомата Калашникова;
* вести стрельбу из автомата по неподвижным и появляющимся це­лям;
* ориентироваться на местности по карте и двигаться в заданную точку по азимуту;
* пользоваться индивидуальными средствами защиты;
* использовать приборы радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля;
* выполнять элементы строевой и тактической подготовки;

выполнять физические упражнения в объеме требований, предъявляемых к молодому пополнению воинских частей и кан­дидатам, поступающим в высшие военно-учебные заведения;

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

ведения здорового образа жизни; оказания первой медицинской помощи;

вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соот­ветствующих служб экстренной помощи;

формирования у себя психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву, к обучению по про­граммам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах обра­зовательных учреждений высшего профессионального образова­ния.

**формы контроля знаний обучающихся:**

- тематические учебные вопросы;

- вопросы изучаемых разделов учебника ОБЖ;

- самостоятельные работы;

- контрольные задания;

- тестирование.

* **требования к знаниям и умениям обучающихся**:

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности вы­пускник школы должен знать:

* основные правила безопасного поведения в повседневной жизни  
  и в условиях чрезвычайной ситуации, а также правила личной безопас­ности при угрозе террористического акта;
* организацию защиты населения в Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера и орга­низационные основы борьбы с терроризмом;
* основные принципы здорового образа жизни;
* правила оказания первой медицинской помощи;
* основы обороны государства и военной службы;
* боевые традиции Вооруженных Сил России, государственные и военные символы Российской Федерации.

Выпускники старших классов должны **уметь:**

* предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опас­ных ситуаций по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;
* грамотно действовать при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;
* оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состо­яниях;
* выполнять основные действия, связанные с будущим прохож­дением воинской службы (строевые приемы, воинское приветствие, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из авто­мата и т.д.);
* пользоваться справочной литературой для целенаправленной под­готовки к военной службе с учетом индивидуальных качеств.

Приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни будут способствовать обеспечению личной бе­зопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе при угрозе террористического акта или при захвате в заложники; выработке убеждений и потребности в соб­людении норм здорового образа жизни; владению навыками в области гражданской обороны; формированию психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву.

* **формы и вопросы контроля**:

- Контрольные работы, самостоятельные работы, индивидуальные задания, тесты, устный опрос, викторины и практические задания, выполнение нормативов.

1. Автономное пребывание человека в природной среде.

2. Обеспечение личной безопасности на дорогах.

3. Правила личной безопасности при пожаре

4. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях

5. Правила личной безопасности при угрозе террористического акта

6. Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности

7. Чрезвычайные ситуации природного характера, причины их возникновения и возможные последствия.

8. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера.

9. Чрезвычайные ситуации техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия.

10. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации техногенного характера

11. Военные угрозы национальной безопасности России.

12. Международный терроризм - угроза национальной безопасности России.

13. Виды террористических актов, их цели и способы осуществления.

14. Наркотизм и национальная безопасность России.

15. Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности человека.

16. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи.

17. Сохранение и укрепление здоровья - важнейшая составляющая подготовки молодежи к военной службе и трудовой деятельности.

18. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.

19. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.

20. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека.

21. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.

22. Гражданская оборона, ее предназначение и основные задачи.

23. Основные виды оружия и их поражающие факторы.

24. Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.

25. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций военного и мирного времени.

26. Средства индивидуальной защиты.

27. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайной ситуации

28. История создания Вооруженных сил Российской Федерации.

29. Памяти поколений - дни воинской славы России.

30. Виды Вооруженных сил Российской Федерации и рода войск.

31. Боевые традиции Вооруженных сил России.

32. Размещение и быт военнослужащих.

33. Обязанности лиц суточного наряда.

34. Обязанности дневального по роте.

35. Обязанности дежурного по роте.

36. Обязанности часового.

37. Строевые приемы и движение без оружия.

38. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова.

39. Обязанности солдата в бою.

40. Действия солдата в бою.

**4.Перечень учебно-методического обеспечения**

***Для обучения используется учебно-методический комплект, который включает в себя:***

* *Программа по курсу ОБЖ: авторы А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, «просвещение»2006-2008 г.*
* Фролов М.П., Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 классов общеобразовательных учреждений, -М., Астрель-АСТ, 2008;
* Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008;
* Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Ижевский П.В.. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008;
* Основы безопасности жизнедеятельности. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., -М., Просвещение, 2004;
* Основы подготовки к военной службе. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Васнев В.А., Чинённый С.А., -М., Просвещение, 2004;
* Тупикин Е.И., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: Тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10-11 класс: Пособие для преподавателей, -М., Дрофа, 2007;
* Смирнов А.Т. , Васнев В.А. Основы военной службы: учебное пособие, -М., Дрофа, 2004.

***Учебные пособия:***

* Шойгу С.К., Воробьев Ю.Л., Фалеев М.И. Основы безопасности жизнедеятельности – 10 класс / Мультимедийный учебник TeachProтм , - М.,

Федеральный центр науки и высоких технологий ВНИИ ГОЧС МЧС России, 2005;

* Латчук В.Н., Марков В.В., Миронов С.К.. Вангородский С.Н. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 классов общеобразовательных учреждений, -М., Дрофа, 2008;
* Латчук В.Н., Марков В.В., Миронов С.К.. Вангородский С.Н. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Дрофа, 2008;
* ОБЖ. Основы безопасности жизни: Учебно-методический журнал.2004-2008 - №№ 1-12;
* Основы безопасности жизнедеятельности: Информационно-методическое издание для преподавателей. 2004-2008 - №№ 1-12;
* Библиотека журнала «Основы безопасности жизнедеятельности». 2006-2010;
* Арсеньев Е.Н. Работоспособность и здоровье человека на Севере. – Мурманск, Кольский научно-внедрический центр «Валеос», 1993.

**5.Список литературы (основной)**

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

**(дополнительной)**

1.     Андрейчук В.И. Как себя защитить. – Л.: ГДОИФК. 1990.

2.     Бабанский Ю.К. Методы обучения в современной школе. – М.: Провящение,1985.

3.     Витренко Н.С., Костров А.М., Подготовка учащихся общеобразовательных школ по гражданской обороне: Учебное пособие по гражданской обороне. –М.: Энергоатомиздат,1986.

4.     Волович В.Г. Человек в экстремальных условиях природной среды. – М. Мысль, 1983.

5.     Гостюшин А.В. Энциклопедия экстремальных ситуаций. -М: Зеркало, 1994.

6.     На службе Отечеству: Кн. для чтения по общественно государственной подготовке солдат(матросов), сержантов(старшин) Вооруженных Сил Российской Федерации. – М.: Русь РКБ, 1998.

7. Никифоров Ю.Б. Аутотренинг + физкультура. – М.: Советский спорт, 1989.

8. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. – М: Воениздат 1994.

9. Орлов Б.Н. и др. Ядовитые животные и растения СССР.-М.: Высшая школа, 1990.

10. Основы медицинских знаний учащихся: Пробный учебник для средних учебных заведений / Под редакцией М.И. Гоголева. – М.: Просвещение,1991.

11. Первая доврачебная помощь: Учебное пособие. –М.: Медицина, 1989.

12. Сорокин Ю.К. Атлетическая подготовка допризывника. –М.: Советский спорт, 1990.

13. Топоров И.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебное пособие для преподавателей. СПб., 1992.

14. Топоров И.К. Окружающий мир и Основы безопасности жизнедеятельности. Учеб для учащихся 10-11 кл. –М.: Просвящение, 1999.

15. Цивилюк Г.Е. Азы личной безопасности. –М: Просвящение, 1997.

16. Чеурин Г.С. Школа экологического выживания: Пособие по курсу ОБЖ. – Алматы. Рауан. 1994.

**6. Приложения к программе**

* + - Кроме того, при подготовке к занятиям во всех классах используется другая популярная литература на данную тему, различные плакаты, видеофильмы, мультимедийные презентации.

**- основные понятия курса:**

**Автономное существование** — нахождение человека в слож­ных природных условиях, когда исключена или ограничена по­мощь от людей и отсутствует возможность использования привыч­ных достижений, обслуживающих систему жизнеобеспечения че­ловека.

**Действия по выживанию** — преодоление психических стрес­сов, проявление изобретательности, находчивости, умелое ис­пользование аварийного снаряжения и подручных средств при­родной среды, обеспечение потребностей организма в пище и воде.

**Чрезвычайная ситуация (ЧС)** — крупномасштабная опасная или экстремальная ситуация, в результате которой на объекте (территории) нарушаются условия нормальной жизнедеятельно­сти большого количества людей или создается угроза их жизни и здоровью, наносится ущерб имуществу населения, народному хо­зяйству и окружающей среде.

**Чрезвычайные ситуации криминогенного характера**

**Жертва преступления** — человек, пострадавший от рук пре­ступника.

**Информационная безопасность** — комплекс действий, на­правленных на сохранение в тайне сведений о человеке, его обра­зе жизни и действиях, имуществе и доходах, которые могут пред­ставлять интерес для преступников, мошенников, религиозных сект.

**Криминальный** — преступный, относящийся к преступлени­ям, уголовный.

**Преступник** — человек, совершающий преступление.

**Преступление** — действие, нарушающее закон (Уголовный кодекс).

**Толпа** — массовое скопление людей, наиболее опасное явле­ние городской жизни.

**Сигналы оповещения населения при возникновении чрезвы­чайных ситуаций (ЧС)**

**«Внимание всем!»** — сигнал органов управления ГОЧС при оповещении населения о возникновении или угрозе возникнове­ния чрезвычайной ситуации или нападения вероятного противни­ка. По сигналу «Внимание всем!» надо немедленно включить теле­визор, радиоприемник, репродуктор радиотрансляционной сети и слушать сообщение местных органов власти и органов ГОЧС о случившемся и порядке действий.

**«Воздушная тревога!»** — сигнал штаба противовоздушной обороны, применявшийся в годы Великой Отечественной войны и позже до создания РСЧС.

**ВПХР (войсковой прибор химической разведки)** — прибор для обнаружения и определения примерной концентрации актив­ных химических отравляющих веществ в воздухе, на местности, на сооружениях, в пище и воде.

**Дозиметр** — прибор для определения индивидуальных доз об­лучения (ДП-70МП, ИД-11).

**Рентгенометр-радиометр** — прибор для определения уровня радиации на местности и зараженности различных объектов и по­верхностей (ДП-5В, ИМД-5, ДП-ЗБ).

**Средства индивидуальной защиты кожных покровов** — сред­ства, предназначенные для защиты поверхности кожи от попада­ния на нее опасных для жизни и здоровья человека веществ.

**Средства индивидуальной защиты органов дыхания** — сред­ства, предназначенные для очистки или регенерации вдыхаемого человеком воздуха от вредных примесей.

**Средства коллективной защиты** — убежища, противорадиа­ционные укрытия и простейшие укрытия.

**Убежища** — стационарные защитные сооружения, оборудо­ванные прочными и герметичными стенами и перекрытиями, фильтровентиляционными устройствами и обеспечивающие жиз­недеятельность человека на срок более 3 суток.

**- списки тем рефератов:**

**Тема 1.** Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Права и обязанности граж­дан Российской Федерации в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

**Тема 2.** Условия и история создания гражданской обороны. Задачи гражданской обороны по защите населения.

**Тема 3.** Общая характеристика современных средств поражения (ядерное, химическое, бактерио­логическое оружие, обычные средства вооруженной борьбы).

**Тема 4.** Мероприятия личной и общественной ги­гиены. Значение соблюдения гигиенических требо­ваний в повседневной жизни для здоровья человека.

**Тема 5**. Основные составляющие режима дня че­ловека. Значение двигательной активности, пита­ния и сна в режиме дня для здоровья человека.

**Тема 6.** Биологическая необходимость двигатель­ной активности человека в процессе жизнедеятель­ности.

**Тема 7.** Вредные привычки, основные причины, способствующие их появлению. Меры профилакти­ки вредных привычек.

**Тема 8.** Военные реформы в России, их необходи­мость и значение для обеспечения национальной безопасности России.

**Тема 9.** Основные качества, присущие российско­му воину — защитнику Отечества.

**Тема 10.** Обязательная подготовка граждан к во­енной службе, ее значение в воспитании у молодежи качеств, необходимых гражданину России.

**Тема 11.** Статус военнослужащего, права и свобо­ды, льготы, предоставляемые военнослужащему, проходящему военную службу по призыву.

**Тема 12.** Основные виды военных образова­тельных учреждений профессионального образова­ния Вооруженных Сил Российской Федерации, пра­вила приема в них, обучение в военно-учебном заве­дении.

**- темы творческих работ:**

**Тема 1.** Основы медицинских знаний и профилакти­ка инфекционных заболеваний.

**Тема 2.** Основы здорового образа жизни. *Вопросы для обсуждения:*

**Тема 3.** Семья в современном обществе. Законода­тельство о семье.

**Тема 4.** Военнослужащий — защитник Отечества.

**Тема 5.** Требования воинской деятельности, предъ­являемые к моральным и психологическим качест­вам военнослужащего.

**Тема** 6. Символы воинской чести.

**Методические рекомендации:**

***Единые требования к ТДЗ***

*к оформлению:*

1. Оформление титульного листа по образцу:

• ТемаТДЗ;

• Вид работы (сообщение, доклад...);

• Учебный предмет («Сообщение по ОБЖ»);

• Ф.И., класс, автор;

• г. Ртищево, год;

• Наличие иллюстрации по желанию автора или учителя.

2. Функциональность (прочность материала).

3. Аккуратность выполнения.

*к содержанию:*

1. Терминология, сложность информации должна

соответствовать возрасту учащегося.

2. Лаконичность и интересность информации.

3. Наличие списка использованной литературы.

***Алгоритм работы над ТДЗ учащихся:***

1. Поиск литературы (в школьной, районной, или городской библиотеках, читальном зале, у соседей, учителей, в компьютере...

2. Работа с книгой: поиск статей по оглавлению.

3. Работа со статьёй: прочитать, выбрать главную и

интересную информацию, составить конспект, или сделать ксерокопию, подчеркнуть основные моменты карандашом.

4. Свести всю найденную информацию в общий последовательный текст.

5. Оформить работу в соответствии с требованиями.

6. Подготовить устное выступление (краткий пересказ).

***Оценка ТДЗ:***

1. Содержание, оформление и устное выступление оцениваются отдельно.

2. Отметка выставляется только за устное выступление (общая).

***Формы подведения итогов, практическое***

***применение ТДЗ:***

1. Письменная рецензия учителя.

2. Устное выступление учащегося на уроке, семинаре, конференции.

3. Выставка лучших по оформлению работ.

4. Создание библиотечки из лучших по содержанию работ.

5. Публикация в школьной печати.

6. Участие в конкурсах различного уровня.

7. Использование ТДЗ в качестве учебного пособия.

Министерство образования Российской Федерации.

*Муниципальное образовательное учреждение «Средняя образовательная школа № 3».*

***Тема:«***

Учебно-исследовательская работа по Основам Безопасности Жизнедеятельности

Выполнил: фамилия имя учащийся\_\_\_класса

Научный руководитель: ФИО преподавателя

г. Ртищево 200 - г.

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО** **ОРГАНИЗАЦИИ РАБОТЫ УЧАЩИХСЯ НАД** **ТВОРЧЕСКИМ ДОМАШНИМ ЗАДАНИЕМ**

**Классификация ТДЗ:**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **По содержанию** | **По виду деятельности** | **По уровню оформления** |
| 1. Вопросник.  2. Кроссворд.  3. Макет, модель.  4. Ребус.  5. Сообщение.  6. Доклад.  7. Сочинение.  8. Реферат.  9. Эссе.  10.Исследование. **11...** | 1. Индивидуальная.  2. Парная.  3. Мелкогрупповая (3-7 человек).  4. групповая (10-15 человек).  5. Коллективная, | Рабочая (в тетради, «с листами»...). Экспозиционная (на отдельном формате, содержащая иллюстрации, схемы таблицы...):  - файл-лист;  - буклет;  - брошюра;  - газета;  - «Раскладушка»;  - альбом». |

**Основная цель ТДЗ:**

1. Научить учащихся пользоваться дополнительной литературой.

2. Научить выделять главное из общей информации.

3. Сформировать умение лаконично и интересно излагать полученную информацию.

4. Сформировать ораторские навыки.

5. Воспитание эстетической культуры.

6. Получение учащимися более широких и глубоких знаний по предмету.

28.08.10. Преподаватель – организатор ОБЖ МОУ СОШ № ---: \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.