**Содержание**

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

**1.Пояснительная записка**

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

**Цель программы:**

* *воспитание* у учащихся 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.

**Рабочая программа способствует решению следующих задач:**

* формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
* формирование индивидуальной системы здорового об­раза жизни;
* выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отри­цательного отношения к психоактивным веществам и асоци­альному поведению.
* воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде, к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности, к безопасности личности, общества и государства
* развитие личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; развитие потребности соблюдать нормы здорового образа жизни; бдительности по предотвращению актов терроризма;
* овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;
* освоение знаний: об опасных и чрезвычайных ситуациях, о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации и подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях.
* формирование адекватного представления о военной службе и качествах личности, необходимых для ее прохождения.
* дать учащимся специальные знания, умения и навыки выживания в различных жизненных ситуациях, в том числе самых неблагоприятных;
* научить правильно, действовать в случаях природных и техногенных катастроф;
* научить адекватно, действовать в условиях острых социальных, социально-политических и военных конфликтов, внутренней готовности к деятельности в экстремальных условиях.
* воспитывать патриотические чувства.

**2. Общая характеристика учебного предмета в учебном плане**

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

В программе реализованы требования федеральных законов:

– «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;

– «Об охране окружающей природной среды»;

– «О пожарной безопасности»;

– «О гражданской обороне»;

– «Об обороне»;

– «О воинской обязанности и военной службе»;

– «О безопасности дорожного движения» и др.

**3. Описание места учебного предмета в учебном плане.**

Количество учебных часов, отведённое на освоение программы учебным планом ТМК ОУ «ДСШ № 1» предусматривает 1 час в неделю обязательное изучение учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10 классе в количестве 34 часов.

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

**Знать**

* основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
* потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
* основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
* основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
* порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
* состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
* основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
* основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;
* требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;
* предназначение, структуру и задачи РСЧС;
* предназначение, структуру и задачи гражданской обороны.

**Уметь**

* владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
* пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
* оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.

**5. Содержание программы учебного предмета**

**Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях(13 час)**

**Глава 1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения(6 час)**

Темы уроков:

Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования.

Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера.

Уголовная ответственность несовершеннолетних.

Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.

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

Законодательные и нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности

**Глава 2. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны.(7час)**

Темы уроков:

Гражданская оборона .Предназначение и задачи гражданской обороны.

Современные средства поражения и их поражающие факторы.

Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС мирного и военного времени.

Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС.

Средства индивидуальной защиты населения.

Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах. ЧС.

Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.

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

**Глава 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний. (3 час)**

Темы уроков:

Сохранение и укрепление здоровья – важное условие достижения высокого уровня жизни.

Основные инфекционные заболевания и их профилактика. Классификация.

Основные инфекционные заболевания и их профилактика. Профилактика.

**Глава 4. Основы здорового образа жизни (7 час).**

Темы уроков:

Здоровый образ жизни и его составляющие.

Здоровый образ жизни и его составляющие.

Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.

Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.

Значение для здоровья человека двигательной активности и закаливания организма.

Вредные привычки и их влияние на здоровье.

Вредные привычки и их влияние на здоровье.

**Раздел 3. Основы военной службы.**

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

Темы уроков:

История создания Вооруженных Сил России

История создания Вооруженных Сил России

Организационная структура ВС. Виды ВС, рода войск. История их создания и их предназначение.

Организационная структура ВС. Виды ВС, рода войск. История их создания и их предназначение.

Функции и основные задачи современных ВС России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа ВС.

**Глава 6. Боевые традиции Вооруженных Сил России .(3 часа)**

Темы уроков:

Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечества.

Памяти поколений – дни воинской славы России.

Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений

**Глава 7. Символы Воинской чести. (3 часа)**

Темы уроков:

Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.

Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.

Ритуалы Вооруженных Сил РФ.

**6.Календарно-тематическое планирование с определение основных видов учебной деятельности.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Дата** | **Кол-во часов** | **Раздел, название темы** | **Основные виды учебной деятельности** |
| **Факт** |
| **Раздел 1. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях(13 час)****Глава 1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения(6 час)** |
| 1 | 05.09. | 1 | Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования.  | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. *Характеризуют* основные опасные ситуации, возникающих в повседневной жизни, и правилах поведения в них.*Отрабатывают в парах* способы ориентирования на местности, подачи сигналов бедствия и другие приемы обеспечения безопасности в случае автономного существования в природных условиях |
| 2 | 12.09. | 1 | Правила безопасного поведения в ситуациях криминогенного характера. | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Характеризуют* правила поведения в криминогенных ситуациях. *Отрабатывают в парах* элементарные способы самозащиты, применяемые в конкретной ситуации криминогенного характера. |
| 3 | 19.09. | 1 | Уголовная ответственность несовершеннолетних | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Формулируют* основные понятия уголовной ответственности несовершеннолетних и виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним.*Определяют* черты личности, необходимые для безопасного поведения. |
| 4 | 26.09. | 1 | Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Формулируют* действия во времяпотенциальных опасностей природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания.*Анализируют*рекомендации специалистов по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций. |
| 5 | 03.10. | 1 | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи. | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание.  *Характеризуют* предназначение, структуру и задачи РСЧС. *Обосновывают* значение системы РСЧС для защиты населения от ЧС.*Объясняют* причины обращения в службы экстренной помощи.  |
| 6 | 10.10. | 1 | Законодательные и нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Записывают и характеризуют* основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.*Обосновывают* значение законодательных и правовых актов РФ для обеспечения безопасности населения. |
| **Глава 2. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны.(7час)** |
| 7 | 17.10. | 1 | Гражданская оборона. Предназначение и задачи гражданской обороны. | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Анализируют* текст учебника с целью определения ключевых понятий урока *Формулируют* основные понятия и определения по гражданской обороне.*Оценивают* предназначение и задачи гражданской обороны.*Составляютвпарах* план действий по предупреждению и ликвидации ЧС.  |
| 8 | 24.10. | 1 | Современные средства поражения и их поражающие факторы. | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Характеризуют* современные средства поражения и их поражающие факторы.*Оценивают* потенциальные опасности ядерного оружия.*Моделируют*  правила поведения и действий в случае использования химического, бактериологического оружия.  |
| 9 | 07.11. | 1 | Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС мирного и военного времени. | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Записывают*способы оповещения населения в чрезвычайных ситуациях.*Составляют* планы действий в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. |
| 10 | 17.11. | 1 | Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС. | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Характеризуют*  средства коллективной защиты.*Моделируют* виды защитных сооружений и основные помещения убежищ.*Запоминают* правила поведения в защитных сооружениях. *Отрабатывают в парах* действия населения в чрезвычайных ситуациях с использованием средств коллективной защиты. |
| 11 | 21.11. | 1 | Средства индивидуальной защиты населения. | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Характеризуют*основные средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи, медицинские средства защиты и профилактики. *Отрабатывают в парах* навыкипользования средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой)  |
| 12 | 28.11. | 1 | Организация и ведение аварийно-спасательных и неотложных работ в зонах ЧС. | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Анализируют* порядок организации проведения аварийно-спасательных работ в зонах ЧС.*Формулируют* меры безопасности при проведении АС и ДНР. |
| 13 | 05.12. | 1 | Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении.**(тест)** | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Записывают* состав объектового школьного звена ГО в общеобразовательном учреждении.Формулируют правила поведения учащихся при получении сигнала о ЧС. *Моделируют* в группахдействияпо установленному сигналу «Внимание всем!» |
| **Раздел 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни(10 час).****Глава 3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний (3 час).** |
| 14 | 11.12. | 1 | Сохранение и укрепление здоровья – важное условие достижения высокого уровня жизни. | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Обосновывают* значениездорового образа жизни.*Формулируют*основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него.*Составляют* критерии здоровья человека.*Характеризуют* способы и средства сохранения здоровья.*Определяют* в сравнении важность профилактических мероприятий для здорового иммунитета.  |
| 15 | 18.12. | 1 | Основные инфекционные заболевания и их профилактика. Классификация и распространение. | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Формулируют*  основные принципы профилактики инфекционных заболеваний.*Усваивают* меры профилактики инфекционных заболеваний.*Объясняют* виды риска возникновения инфекционных заболеваний в повседневной жизни. |
| 16 | 25.12. | 1 | Основные инфекционные заболевания и их профилактика. Классификация и распространение. | Повторение темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Формулируют* нормы поведения в окружающей среде.*Описывают* особенности распространения инфекционных заболеваний.*Разрабатывают* способы защиты от распространения заболеваний. |
| **Глава 4. Основы здорового образа жизни (7 час).** |
| 17 | 15.01. | 1 | Здоровый образ жизни и его составляющие. | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Обосновывают* значение здорового образа жизни.*Формулируют* составляющие ЗОЖ.*Анализируют* критерии оценки здоровья человека и влияющие факторы. |
| 18 | 22.01. | 1 | Здоровый образ жизни и его составляющие. | Повторение темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Формулируют* правила соблюдения норм здорового образа жизни. *Сравнивают* особенности индивидуального здоровья с эталоном. |
| 19 | 29.01. | 1 | Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Характеризуют* биологические ритмы человека.*Выполняют* тест «Жаворонок или сова?»*Измеряют, анализируют и сравнивают*пульс, давление, вес, рост с помощью номограммы. |
| 20 | 05.02. | 1 | Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. | Повторение темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Составляют* режим дня школьника по дням недели.*Анализируют* отклонения в режиме своего дня.*Делают* вывод о необходимости избавления от факторах, разрушающих здоровье. |
| 21 | 12.02. | 1 | Значение для здоровья человека двигательной активности и закаливания организма. | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Формулируют* понятия: тренированность, мышечная сила и активность, гибкость, виды закаливания.*Заполняют и анализируют* таблицу: виды спорта, способствующие развитию здоровья человека. |
| 22 | 19.02. | 1 | Вредные привычки и их влияние на здоровье. | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Формулируют* критерии здоровья человека *Характеризуют* вредные привычки и их влияние.*Объясняют* значение здорового образа жизни для человека. |
| 23 | 26.02. | 1 | Вредные привычки и их влияние на здоровье. **(тест)** | Повторение темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Готовят* сообщение на тему «Вредные привычки- стадии зависимости».*Заслушивают* два три сообщения по теме. *Формулируют* вывод о необходимости избавления от вредных привычек. |
| **Раздел 3. Основы военной службы.****Глава 5. Вооруженные силы РФ-защитники нашего отечества (6 часов).** |
| 24 | 05.02. | 1 | История создания Вооруженных Сил России | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Работают* с учебником. *Анализируют и сопоставляют* военные реформы Ивана Грозного и Петра1. |
| 25 |  | 1 | История создания Вооруженных Сил России | Повторение темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Исследуют* по материалам учебника реформы, проводимые во времена СССР и на современном этапе.*Формулируют* свое понимание роли Вооруженных Сил России для безопасности страны. |
| 26 |  | 1 | Организационная структура ВС. Виды ВС, рода войск. История их создания и их предназначение. | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Характеризуют*  виды, рода Вооруженных Сил РФ.*Формулируют* предназначение каждого вида и рода войск. *Готовят* к следующему уроку выборочно сообщение по темам : «Сухопутные войска», «Военно-морской флот», «Военно-воздушные силы». |
| 27 |  | 1 | Организационная структура ВС. Виды ВС, рода войск. История их создания и их предназначение. | Повторение темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Выступают* со своими сообщениями о видах и родах войск.*Формулируют*  вывод о значимости ВС РФ для безопасности страны. |
| 28 |  | 1 | Функции и основные задачи современных ВС России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа ВС. | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Формулируют*  функции и основные задачи современных Вооруженных Сил.*Характеризуют*  управление Вооруженными Силами, реформу Вооруженных Сил. *Делают* выводонеобходимостиосуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе. |
| **Глава 6. Боевые традиции Вооруженных Сил России (3 часа).** |
| 29 |  | 1 | Патриотизм и верность воинскому долгу - основные качества защитника Отечества. | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Формулируют*  требования воинской деятельности, предъявляемых к моральным, индивидуально-психологическим и профессиональнымкачествамгражданина.*Исследуют* боевые традиции в вооруженных силах РФ. *Готовят* сообщения выборочно по темам: «Героизм», «Воинская доблесть», «Воинская честь». |
| 30 |  | 1 | Памяти поколений – дни воинской славы России. | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Выступают* со своимисообщениямипо предыдущей теме.*Изучают*  дни воинской славы *Характеризуют* формы увековечивания памяти российских воинов, отличившихся в сражениях.  |
| 31 |  | 1 | Дружба, войсковое товарищество – основа боевой готовности частей и подразделений. **(тест)** | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Анализируют* понятие о дружбе и войсковом товариществе как основе боевой готовности частей и подразделений. *Выполняют* тест «Настоящий ли ты друг?» |
| **Глава 7. Символы Воинской чести. (3 часа)** |
| 32 |  | 1 | Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы.  | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Работают* с учебником*.**Характеризуют* символы воинской чести. *Готовят* сообщение по теме «Знамя Победы» |
| 33 |  | 1 | Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Зачитывают* сообщения по предыдущей теме. *Характеризуют*  основные государственные награды.  |
| 34 |  | 1 | Ритуалы Вооруженных Сил РФ.**(Итоговый тест)**  | Изучение новой темы. Беседа. Практическая работа. Учебно-исследовательское задание. *Анализируют* воинские ритуалыВС РФ.*Формулируют* вывод о необходимостиосуществления осознанного самоопределения к военной службе. |

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

**Учебно-методические средства обучения**

* Смирнов А. Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учёб, для 10—П кл. Смирнов А. Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: тесто­вый контроль качества, знаний старшеклассников: 10—11 кл./А-Т. Смир­нов, М.В.Маслов — М-: Просвещение, 2002,
* Смирнов А. Г. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб.для 5кЛ./ А. Т. Смирнов, Б. О.Хренников, — М.: Просвещение, 2004—2006.
* Смирнов А. Г. Основы безопасности жизне^еятельнрсти: учеб.длябкл.,/ А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. — М.: Пр6свещенке 2005 ,
* Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: для 7кл. / А. Т. Смирнов, Б. Хренников. — М.: Просвещение, 2006.
* Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб, для 9,кл./ А.Т. Смирнова б.; Хренников. — М.: Просвещение, 2006.
* Смирнов А. Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб.для учащихся 10 кл. общеобразовательных учреждений / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин. В. А. Васнев. — 7-е изд. — М.: Просвещение, 2006,
* Смирнов А. Т., Мишин Б. И., Васнев А. А. Основы безопасности жизнеде­ятельности: учеб. для учащихся 11 кл. общеобразовательных. учреждений / А Т. Смирнов, Б-И. Мишин, В. А. Васдев. — 6-еизд; — М:: Просвеще­ние, 2006.
* Армия государства Российского и защита Отечества / под ред. генерал-полковника В. В. Смирнова. — М.: Просвещение, 2004.
* Боль Л. В. Педагогу о здоровом образе жизни / Л. В. Баль. — М.: Просвеще­ние, 2005.
* Вестник военной информации. — Агентство «Военинформ» Министерства обороны РФ и Российское информационное агентство «Новости». — 2004-2006. — N9 1—12.
* Дуров В. А Русские награды XVIII — начала XX в./В. А. Дуров. — 2-е изд.— М.: Просвещение, 2003.
* Дуров В. А: Отечественные-награды. 1918—1991 гг. / В. А. Дуров. — М.; Про­свещение, 2005.
* Комплект плакатов «Безопасность дорожного движения»: 1—4 кл.: (Иллюст­ративный материал)'f:под ред. А. Т. Смирнова; — 24 листовки, 24 плаката (комплект для школьника, комплект для учителя).— М.: Просвещение, ООО «Рилионт», 2003.
* Комплект плакатов, «Безопасность дорожного движения»: 5—9 кл. (Иллюст­ративный материал)/под ред. А. Т..Смирнова; — 24 листовки, 24 плаката (комплект для школьника, комплект для учителя). — М.: Просвещение: ООО «Рилионт», 2003.
* ЛяхВ. И. Тесты в физическом воспитании, школьников: пособие для учи­теля / В. И. Лях. — М.: ООО «Фирма „Издательство ACT", 1998.
* Лях В. И. Мой друг — физкультура: учеб.для учащихся 1—4 кл./ В. И. Лях. — 6-е изд. — М.: Просвещение, 2006.
* ЛяхВ. И. Физическая культура: учеб.для учащихся 8—9 кл. / В. И. Лях, А. А. Зданевич; под ред. В. И. Ляха. — 2-е изд. — М.: Просвещение, 2006.
* ЛяхВ. И Физическая культура: учеб.для учащихся 10—11 кл. /В. И: Лях, А. А. Зданевич; под ред. В. И. Ляха. — М.: Просвещение, 2006.
* Макеева А. Г, Все цвета, кроме черного: семейная профилактика нарко-тизма школьников: кн. для родителей / А. Г. Макеева. — М.: Просвеще­ние,2005.
* Макеева А. Г. Все цвета, кроме черного: педагогическая профилактика наркотизма школьников: метод; пособие для учителя: 7—9 кл. / А. Г. Макее­ва. — М: Просвещение, 2005.
* Основы безопасности жизнедеятельности: сб. заданий для проведения экза­мена в 9 классе / научный руководитель Г. С; Ковалева; под общ., ред. А.Т.Смиркова. — М.: Просвещение, 2006.
* Сюньков В. Я. Методика преподавания курса «Основы безопасности жизне­деятельности»: 1— 4 классы / В. Я. Сюньков. — 2-е изд. — М: Просвеще­ние, 2004.
* Топоров И. К. Методика преподавания курса «Основы безопасности жизне­деятельности» в общеобразовательных - учреждениях: кн. для учите­ля / И. К. Топоров. — М.: Просвещение, 2000.
* Топоров И. К. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб.для учащихся 5—6 кл./И. К.Топоров. — 6-е изд. — М.: Просвещение, 2006
* Топоров И; К. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб.'для учащихся 7—8 кл. / И. К. Топоров. — 4-е изд. — М.: Просвещение, 2005
* Топоров И. К. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб.для учащихся 9 кл: — 5-е изд.— М.: Просвещение, 2006.
* Тупикин Б. И. Основы безопасности жизнедеятельности: тестовый конт­роль качества знаний старшеклассников: 10—11 кл. / Е. И. Тупикин, А. T. Смирнов. — М.: Просвещение, 2002. :
* Федеральные законы Российской Федерации «О гражданской обороне», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природ­ного и техногенного характера», «О противодействии терроризму», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» и статью 14 Закона Российской Федерации «Об обра­зовании» // Собрание законодательства Российской Федерации: офици­альное издание. — М:, 1998—2006.
* Программа по курсу ОБЖ: авторы А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, «просвещение»2006-2008 г.
* Фролов М.П., Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 классов общеобразовательных учреждений, -М., Астрель-АСТ, 2008;
* Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008;
* Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Ижевский П.В.. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008;
* Основы безопасности жизнедеятельности. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., -М., Просвещение, 2004;
* Основы подготовки к военной службе. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Васнев В.А., Чинённый С.А., -М., Просвещение, 2004;
* Тупикин Е.И., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: Тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10-11 класс: Пособие для преподавателей, -М., Дрофа, 2007;
* Смирнов А.Т. , Васнев В.А. Основы военной службы: учебное пособие, -М., Дрофа, 2004.

**Учебные пособия:**

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

**Список литературы (основной)**

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

**(дополнительной)**

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

**Интернет –ресурсы:**

|  |  |
| --- | --- |
| **Название сайта** | **Электронный адрес** |
| МЧС России | <http://www.emercom.gov.ru> |
| Министерство здравоохранения РФ | <http://www.minzdrav-rf.ru> |
| Министерство образования и науки РФ | <http://mon.gov.ru/> |
| Министерство природных ресурсов РФ | <http://www.mnr.gov.ru> |
| Федеральная служба России по гидрометеорологии и мониторингу окружающей среды | <http://www.mecom.ru/roshydro/pub/rus/index.htm> |
| Русский образовательный портал | <http://www.gov.ed.ru> |
| Федеральный российский общеобразовательный портал | <http://www.school.edu.ru> |
| Федеральный портал «Российское образование» | <http://www.edu.ru> |
| Издательский дома «Профкнига» | <http://www.profkniga.ru> |
| Издательский дом «1 сентября» | <http://www.1september.ru> |
| Фестиваль педагогический идей «Открытый урок» (издательский дом «1 сентября») | <http://festival.1september.ru> |
| Энциклопедия безопасности | <http://www.opasno.net> |
| Личная безопасность | <http://personal-safety.redut-7.ru> |
| «Мой компас» (безопасность ребёнка) | <http://moikompas.ru/compas/bezopasnost_det> |
| Информационно-методическое издание для преподавателей ОБЖ-МЧС России | <http://www.school-obz.org/topics/bzd/bzd.html> |
| Эконавт-CATALOG (электронный каталог интернет ресурсов по Охране трудa, Безопасности дорожного движения, Безопасности жизнедеятельности) | <http://www.econavt-catalog.ru> |
| Портал Всероссийской олимпиады школьников | <http://rusolymp.ru/> |
| Образовательные ресурсы Интернета – Безопасность жизнедеятельности | <http://www.alleng.ru/edu/saf.htm> |
| Безопасность. Образование. Человек. Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё Безопасности Жизнедеятельности | <http://www.bezopasnost.edu66.ru> |

**Мультимедийные издания**

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

**Стационарные наглядные пособия**

–Таблицы по основам безопасности жизнедеятельности (М.: Дрофа)

– Гражданская оборона Российской Федерации.

– Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций Российской Федерации.

– Средства индивидуальной защиты.

– Средства коллективной защиты.

– Личная гигиена.

– Инфекционные заболевания.

- Таблицы по правилам пожарной безопасности (М.: Дрофа)

– Классификация пожаров.

– Причины пожаров в жилых и общественных зданиях.

– Признаки и поражающие факторы пожара.

– Правила поведения при пожаре в доме (квартире).

– Правила поведения при пожаре в общеобразовательном учреждении.

– Как выйти из задымленного помещения.

– Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру (помещение).

– Правила поведения при загорании телевизора.

– Правила поведения при загорании новогодней елки.

– Правила поведения в зоне лесного пожара.

– Правила безопасного тушения небольшого лесного пожара.

– Помощь человеку, на котором загорелась одежда.

– Первая медицинская помощь при термических ожогах.

– Первичные средства пожаротушения (огнетушители).

– Первичные средства пожаротушения (внутренний пожарный кран).

*Таблицы по защите от терроризма*(*М.: Дрофа*)

– Классификация терроризма.

– Взрывоопасные предметы.

– Безопасные расстояния до взрывоопасных предметов.

– Особенности поведения и одежды террориста-смертника.

– Правила безопасного поведения при угрозе взрыва.

– Как действовать, попав после взрыва в завал.

– Как действовать, попав под обстрел.

– Как действовать, попав в заложники.

– Действия при получении угрозы.

– Психологическая помощь в ситуациях террористического характера.

Таблицы о факторах, разрушающих здоровье человека (М.: Дрофа)

– Алкоголизм.

– Наркомания.

– Синдром приобретенного иммунодефицита (СПИД).

– Табакокурение.

**Экранно-звуковые пособия**

Видеофильмы по основным темам и разделам курса ОБЖ в основной школе.

Аудиозаписи для проведения занятий, соревнований и праздников.

**Технические средства обучения**

Мультимедийный компьютер с пакетом программ и пособий по курсу ОБЖ.

Сканер с приставкой для сканирования слайдов.

Принтер лазерный.

Цифровая видеокамера.

Цифровая фотокамера.

Аудиоцентр.

Копировальный аппарат.

Мультимедиапроектор.

Экран на штативе или навесной.

Средства телекоммуникации (электронная почта, локальная школьная сеть, выход в Интернет).

**Учебно-практическое оборудование:**

Аудиторная доска с магнитной поверхностью и набором приспособлений для крепления таблиц.

Штатив для карт и таблиц.

Укладки для аудиовизуальных средств (слайдов, кассет и др.).

Бытовые дозиметры.

Компасы.

Визирные линейки.

Транспортиры.

Бинты марлевые.

Вата гигроскопическая нестерильная.

Вата компрессная.

Воронки стеклянные.

Грелки.

Жгуты кровоостанавливающие.

Индивидуальные перевязочные пакеты.

Косынки перевязочные.

Клеенка компрессорная.

Клеенка подкладочная.

Ножницы для перевязочного материала (прямые).

Повязки малые стерильные.

Повязки большие стерильные.

Шприц-тюбики одноразового пользования.

Шинный материал (плотные куски картона, рейки и т. п.) длиной от 0,7 до 1,5 м.

Противогазы.

Фильтрующие и изолирующие средства защиты кожи.

Респираторы.

Аптечка индивидуальная (АИ-2).

Противохимические пакеты.

Носилки санитарные.

Противопыльные тканевые маски.

Ватно-марлевые повязки.

Макеты и тренажеры

Макеты местности с потенциально опасными объектами, дорогами, водоемами, убежищами

Макеты жилых и промышленных зданий с системами жизнеобеспечения и технологическим оборудованием.

Макеты фильтрующих и изолирующих противогазов, респираторов в разрезе.

Макеты убежищ, укрытий с основными и вспомогательными помещениями, системами жизнеобеспечения в разрезе.

Тренажеры для оказания первой помощи.

**Законодательные акты и нормативные правовые документы**

Конституция Российской Федерации (последняя редакция).

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

Федеральный закон «О безопасности» (последняя редакция).

Федеральный закон «Об обороне» (последняя редакция).

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Правила дорожного движения Российской Федерации (последняя редакция).

Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).

**8.Планируемые результаты изучения учебного предмета**

**В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности вы­пускник школы должен знать:**

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

**Выпускник старших классов долженуметь:**

* предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опас­ных ситуаций по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;
* грамотно действовать при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;
* оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состо­яниях;
* выполнять основные действия, связанные с будущим прохож­дением воинской службы (строевые приемы, воинское приветствие, неполная разборка и сборка автомата Калашникова, стрельба из авто­мата и т.д.);
* пользоваться справочной литературой для целенаправленной под­готовки к военной службе с учетом индивидуальных качеств.
* применять основные способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
* пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защи­ты;
* оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осоз­нанное самоопределение по отношению к военной службе.
* выполнять строевые приемы на месте и в движении;
* производить неполную разборку и сборку автомата Калашникова;
* вести стрельбу из автомата по неподвижным и появляющимся це­лям;
* ориентироваться на местности по карте и двигаться в заданную точку по азимуту;
* пользоваться индивидуальными средствами защиты;
* использовать приборы радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля;
* выполнять элементы строевой и тактической подготовки;
* выполнять физические упражнения в объеме требований, предъявляемых к молодому пополнению воинских частей и кан­дидатам, поступающим в высшие военно-учебные заведения;
* **использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни** для:
* ведения здорового образа жизни; оказания первой медицинской помощи;
* вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соот­ветствующих служб экстренной помощи;
* формирования у себя психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву, к обучению по про­граммам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах обра­зовательных учреждений высшего профессионального образова­ния.