

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор                      ГАОУ                      ТО  
«Гимназия российской культуры»

*Э.В. Загвязинская*

Э.В. Загвязинская

30.08.2020



# **Рабочая программа**

## **ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ**

### **ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Классы: 10-11

## Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.05.2012 № 413, на основе примерной программой основного общего образования и авторской программы: Под общей редакцией С.В. Ким, В.А. Горский. Сборник: «Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-11 классы» под общей редакцией С.В. Ким, В.А. Горский. Издательский центр «Вентана-Граф», 2020.

Класс	Название программы	Автор, составитель программы	Издательство, год издания
10 класс	Программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-11 классов общеобразовательных учреждений»	Под общей редакцией С.В. Ким, В.А. Горский.	Издательский центр «Вентана-Граф», 2020
11 класс	Программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-11 классов общеобразовательных учреждений»	Под общей редакцией С.В. Ким, В.А. Горский.	Издательский центр «Вентана-Граф», 2020

**Программа реализуется на основе использования учебников:** Под общей редакцией С.В. Ким, В.А. Горский. «Основы Безопасности жизнедеятельности 10-11 класс», Москва. Издательский центр «Вентана-Граф», 2020.

**Нормативно-правовые документы, обеспечивающие реализацию программы:**

- Конституция РФ.
- Федеральный закон "Об образовании в Российской Федерации" (от 29.12.2012 N 273-ФЗ).
- Приказ Минобрнауки России от 17.05.2012 № 413. «Об утверждении Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования».
- Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г. от 12.05.2009г.

**Цель программы:**

Формирование 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;

**Задачи программы:**

- 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.

### **Общая характеристика учебного предмета**

Содержание программы выстроено по трем линиям: обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья; государственная система обеспечения безопасности населения; основы обороны государства и воинская обязанность. В ходе изучения 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.

### **Место предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в учебном плане.**

Для реализации содержания, учебных целей и задач предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в 10 и 11 классах в программе предусмотрено 104 часа на 2 года обучения (2 часа в неделю в 10 классе (включая сборы – 35 ч.) и 1 час в неделю в 11 классе). Этот объем для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» определен на базовом уровне (разделы 1-6 программы). Кроме того, после окончания занятий в 10 классе предусмотрено проведение с учащимися (гражданами мужского пола), не имеющими противопоказаний по состоянию здоровья, учебных сборов в течение 5 дней (35 часов). (Изучается раздел 7 «Основы военной службы»).

### **Формы и методы работы**

**Формы организации учебной деятельности:** фронтальная, групповая, индивидуальная

**При организации** процесса обучения в рамках данной программы предполагается применение следующих педагогических технологий обучения: личностно-ориентированная, практико-ориентированный подход, ИКТ, проектная деятельность и др.

**Промежуточная** аттестация проводится в соответствии с положением «О текущей и промежуточной аттестации» в форме контрольного теста.

## Планируемые результаты освоения учебного предмета

### 1. Личностными результатами являются:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих - защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять - правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному - здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

### 2. Метапредметными результатами являются:

#### **Регулятивные: УУД:**

- умение организовать свою учебную деятельность: определять цель работы, ставить задачи, планировать — определять последовательность действий и прогнозировать результаты работы. Осуществлять контроль и коррекцию в случае обнаружения отклонений и отличий при сличении результатов с заданным эталоном. Оценка результатов работы — выделение и осознание учащимся того, что уже усвоено и что еще подлежит усвоению, осознание качества и уровня усвоения;
- овладение составляющими исследовательской и проектной деятельности, включая умения видеть проблему, ставить вопросы, выдвигать гипотезы, давать определения понятиям, классифицировать, наблюдать, проводить эксперименты, делать выводы и заключения, структурировать материал, объяснять, доказывать, защищать свои идеи;

#### **Коммуникативные УУД:**

- умение слушать и вступать в диалог, участвовать в коллективном обсуждении проблем; интегрироваться в группу сверстников и строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и взрослыми; умение адекватно использовать речевые средства для дискуссии и аргументации своей позиции, сравнивать разные точки зрения, аргументировать свою точку зрения, отстаивать свою позицию.
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов. Формировать , аргументировать и отстаивать своё мнение
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного и социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.
- делать выводы о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

#### **Познавательные УУД:**

- умение работать с разными источниками информации: текстом учебника, научно-популярной литературой, словарями и справочниками; анализировать и оценивать информацию, преобразовывать ее из одной формы в другую;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач

-формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

-приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

### **3. Предметные результаты**

#### **Ученик научится:**

- Определять основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;
- Предвидеть потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- Объяснять основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- Выделять основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- Объяснять порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- Определять состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- Объяснять основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- Определять предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- 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.
- Определять потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;
- анализировать явления и события техногенного характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения.
- Выделять основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства;
- Обосновывать права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- Соблюдать рекомендации специалистов в области безопасности жизнедеятельности по правилам безопасного поведения в различных опасных и ЧС;
- перечислять последовательность действий при оповещении о возникновении угрозы ЧС и во время ЧС;
- пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

#### **Ученик получит возможность использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- принятия обоснованных решений и выработки плана действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- развития необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки;
- оказывать первую помощь при занятиях физической культурой и спортом.
- выработки потребности в соблюдении норм здорового образа жизни, невосприимчивости к вредным привычкам;

- обеспечения личной безопасности в различных опасных и ЧС;
- безопасного пользования различными бытовыми приборами, инструментами и препаратами бытовой химии в повседневной жизни;
- подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных условиях (походы выходного дня, дальний и выездной туризм);
- проявления бдительности и безопасного поведения при угрозе террористического акта или при захвате в качестве заложника;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных опасных или бытовых ситуациях.

## Учебно-тематический план

### 10 класс.

№	Вид пропрограммного программно материала	Количество- часов
1	Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.	4
2	Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства.	5
3	Организационные основы защиты населения и территории России в чрезвычайных ситуациях.	5
4	Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность.	5
5	Вооружённые Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз.	5
6	Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания.	5
7	Оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.	5
	Итого	34

### 11 класс

<b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства (15 ч)</b>
Глава 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (5 ч)
Глава 2. Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности (5 ч)
Глава 3. Экстремальные ситуации и безопасность человека (5 ч)
<b>Раздел 2. Военная безопасность государства (10 ч)</b>
Глава 4. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз (5 ч)
<b>Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 ч)</b>
Глава 6. Основы здорового образа жизни (5 ч)
Глава 7. Первая помощь при неотложных состояниях (5 ч)

## **Содержание тем учебного курса. 10 КЛАСС**

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства

Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания

Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.

Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности.

Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства

Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности.

Защита национальной безопасности государства от военных угроз.

Защита личности, общества, государства от угроз социального характера.

Противодействие экстремизму. Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.

Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.

Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера.

Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование.

Раздел 2. Военная безопасность государства

Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность

Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения.

Защита населения и территорий от радиационной опасности.

Средства коллективной защиты от оружия массового поражения.

Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности.

Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.

Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз

Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы.

Состав Вооруженных Сил Российской Федерации.

Воинская обязанность и военная служба. Права и обязанности военнослужащих.

Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания

Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья.

Здоровый образ жизни и его составляющие.

Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики.

Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики.

Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.

Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях

Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок.

Правила оказания первой помощи при травмах.

Первая помощь при кровотечениях, ранениях.

Первая помощь: сердечно-легочная реанимация. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.

## **Содержание тем учебного курса. 11 КЛАСС**

Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства

Глава 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.

Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.

Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий. Общенаучные методологические подходы к изучению проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности.

Основы управления безопасностью в системе «человек — среда обитания».

Глава 2. Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности

Обеспечение национальной безопасности России.

Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности.

Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.

Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях.

Поисково-спасательная служба МЧС России.

Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.

Глава 3. Экстремальные ситуации и безопасность человека

Экстремальные ситуации криминогенного характера.

Экстремизм, терроризм и безопасность человека. Наркотизм и безопасность человека. Дорожно-транспортная безопасность.

Вынужденное автономное существование в природных условиях.

Раздел 2. Военная безопасность государства

Глава 4. Вооружённые Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз

Основные задачи Вооружённых Сил.

Правовые основы воинской обязанности. Правовые основы военной службы.

Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная.

Требования воинской деятельности к личности военнослужащего.

Глава 5. Особенности военной службы в современной Российской армии

Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы.

Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира.

Военные операции на территории России: борьба с терроризмом.

Военные учения Вооружённых Сил Российской Федерации. Боевая слава российских воинов.

Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Глава 6. Основы здорового образа жизни

Демографическая ситуация в России.

Культура здорового образа жизни. Культура питания.

Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье.

Вредные привычки. Культура движения.

Глава 7. Первая помощь при неотложных состояниях

Медико-психологическая помощь.

Первая помощь при ранениях.

Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении.

Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии. Первая помощь при отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами.

### **Программа для проведения учебных сборов (10 класс).**

Продолжительность учебных сборов – 5 дней (35 учебных часов).

#### **В ходе сборов изучаются:**

- Размещение и быт военнослужащих;
- Организация караульной и внутренней службы;
- Элементы строевой, огневой, тактической, физической и военно-медицинской подготовки;
- Вопросы радиационной, химической и биологической защиты войск.

В процессе учебных сборов проводятся мероприятия по военно – профессиональной ориентации. Учебный процесс, осуществляемый во время учебных сборов, организуется начальником штаба учебных сборов в соответствии с положениями «Инструкции об организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и их подготовки по основам военной службы в образовательных учреждениях среднего (полного) общего образования, образовательных учреждениях



начального профессионального и среднего профессионального образования и учебных пунктах» № 96 /134 от 24 февраля 2010 г.

Результаты учебных сборов оцениваются в соответствии с рекомендациями по оценке учебных сборов (приложение № 9 к Инструкции). Общая оценка граждан, обучающихся в образовательных учреждениях, заносится в классный журнал с пометкой «Учебные сборы», которая учитывается при выставлении итоговой оценки за весь курс обучения в образовательном учреждении.

### **Национально-региональный компонент. 10 класс**

**Национально - региональный компонент** соответствует программе, составляет 10% учебного времени и реализуется в полном объеме. Включен в темы уроков фрагментарно, а также реализуется в форме уроков – экскурсий(в том числе и виртуальных), проектов. Национально-региональный компонент призван отразить национальные и региональные особенности Тюменской области. Будучи составной частью региональной политики субъекта РФ, национально-региональный компонент предусматривает возможность введения содержания, связанного с формированием у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.

В рабочей программе по ОБЖ для 10 класса национально- региональный компонент реализуется при изучении следующих тем:

№п/п	Тема	Содержание НРК	время
1.	Правила пожарной безопасности и поведения при пожаре	Эвакуация при пожаре в ГРК	20
2.	Правила обеспечения безопасности дорожного движения	Анализ статистических данных г. Тюмени Особенности обеспечения БДД в г. Тюмени	20
3.	ЧС природного и техногенного характера	«ЧС природного и техногенного характера, произошедшие на территории нашей области»	20
4.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи.	Организация РСЧС в г. Тюмени	10
5.	Вредные привычки	«Наркомания, токсикомания и алкоголизм несовершеннолетних в нашем регионе» встреча со специалистами ГБУЗ ТО Центр профилактики и борьбы со СПИД	40
4	Нарушение экологического равновесия в местах проживания	Аварии на нефтепроводах, перегонных станциях. Опасные экологические факторы в г. Тюмени	10
5	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и правила безопасного поведения. Промышленные аварии и катастрофы	Потенциально опасные объекты Тюмени и Тюменской области	10
6	Наводнения	Весенний паводок в Тюменской области, наводнения в Тюмени и Ишиме	5
7	Природные пожары	Опасность возникновения и особенности природных пожаров в Тюмени и районах, сообщения учащихся	5
8	Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни	Анализ статистических данных о состоянии здоровья населения в г. Тюмени	10

		Опасные экологические факторы в г. Тюмени	
	Всего:	140 минут(3,5 учебных часа)	

### Национально-региональный компонент. 11 классе.

**Национально - региональный компонент** соответствует программе, составляет 10% учебного времени и реализуется в полном объеме. Включен в темы уроков фрагментарно, а также реализуется в форме уроков – экскурсий(в том числе и виртуальных), проектов. Национально-региональный компонент призван отразить национальные и региональные особенности Тюменской области. Будучи составной частью региональной политики субъекта РФ, национально-региональный компонент предусматривает возможность введения содержания, связанного с формированием у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.

В рабочей программе по ОБЖ для 11 класса национально- региональный компонент реализуется при изучении следующих тем:

№п/п	Тема	Содержание НРК	время
1	Правила пожарной безопасности и поведения при пожаре	Анализ статистических данных по г. Тюмени Эвакуация при пожаре в ГРК Эвакуация из ТРЦ г. Тюмени	40
2	Правила безопасного поведения на воде	Анализ статистических данных г. Тюмени Особенности водоемов Тюмени Весенний паводок в Тюменской области, наводнения в Тюмени и Ишиме	10
3	Инфекции, передаваемые половым путем. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДЕ. Меры профилактики ВИЧ-инфекции	Анализ статистических данных по г. Тюмени Беседа со специалистами ГБУЗ ТО Центр профилактики и борьбы со СПИД	20
4	Первая помощь. Общие правила оказания первой медицинской помощи	Экскурсия на Тюменскую станцию скорой медицинской помощи	30
5	Обеспечение военной безопасности государства	Экскурсия в Тюменское высшее военно-инженерное командное училище (военный институт) имени маршала инженерных войск А.И. Прошлякова	30
6	Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни	Анализ статистических данных о состоянии здоровья населения в г. Тюмени Опасные экологические факторы в г. Тюмени	10
	Всего:	140 минут(3, 5 учебных часа)	

# Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса

## Учебно-методические средства обучения

- Программа по курсу ОБЖ: авторы А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, «Просвещение» 2012 г.
- Смирнов А.Т., Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 10 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2018;
- 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, 2018;
- Основы безопасности жизнедеятельности. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Смирнов А.Т., Мишин Б.И., -М., Просвещение, 2004;
- Основы безопасности жизнедеятельности. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Смирнов А.Т., Мишин Б.И., -М., Просвещение, 2004;
- Смирнов А.Т. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учеб., для 10—11 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.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 В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учеб. для учащихся 11 кл. общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, Б.И. Мишин, В.А. Васнев. — 6-е изд. — М.: Просвещение, 2006.

## Дополнительная литература для учителя

- Армия государства Российского и защита Отечества / под ред. генерал-полковника В. В. Смирнова. — М.: Просвещение, 2004.
- Баль Л. В. Педагогу о здоровом образе жизни / Л. В. Баль. — 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.Смирнова. — М.: Просвещение, 2006.
- Топоров И. К. Методика преподавания курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в общеобразовательных - учреждениях: кн. для учителя / И. К. Топоров. — М.: Просвещение, 2000.
- Тупикин Б. И. Основы безопасности жизнедеятельности: тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10—11 кл. / Б. И. Тупикин, А. Т. 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.
- 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.
- Библиотека журнала «Основы безопасности жизнедеятельности». 2006-2010;

## Литература для учащихся

- 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 подготовки к военной службе. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Васнев В.А., Чинённый С.А., -М., Просвещение, 2004;
- Шойгу С.К., Воробьев Ю.Л., Фалеев М.И. Основы безопасности жизнедеятельности – 10 класс /Мультимедийный учебник TeachPro™, - М.,  
Федеральный центр науки и высоких технологий ВНИИ ГОЧС МЧС России, 2005;

## Интернет –ресурсы:

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

## Мультимедийные издания

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

## Стационарные наглядные пособия

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

### **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.  
Принтер лазерный.  
Цифровая фотокамера.  
Копировальный аппарат.  
Мультимедиапроектор.

### **Учебно-практическое оборудование:**

Компасы.  
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.