

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Можайская средняя общеобразовательная школа»

<p>«Рассмотрено» на заседании МО учителей <u>СМ</u> Протокол № _____ от «__» _____ 2023 г. руководитель МО <u>Ю.И. / [подпись]</u></p>	<p>«Согласовано» заместитель директора по НМР <u>[подпись]</u> Ганжурова Д.С./ «__» _____ 2023г.</p>	<p>«Утверждаю» Приказ № <u>616</u> от «__» _____ 2023г. директор МБОУ «МСОШ» <u>[подпись]</u> /Цыбиков Э.Б./</p>
--	--	--

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по ОБН
(указать предмет, курс, модуль)

Класс 10

Количество часов в год 34

Учитель Гарматанов Ю.Ц.

Можайка
2023

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» (предметная область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности») – (далее – программа ОБЖ) разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования, представленных в ФГОС СОО, федеральной рабочей программы воспитания, Концепции преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» и предусматривает непосредственное применение при реализации ООП СОО.

Содержание программы ОБЖ выстроено в логике последовательного нарастания факторов опасности от опасной ситуации до чрезвычайной ситуации и разумного взаимодействия человека с окружающей средой, преемственности приобретения обучающимися знаний и формирования у них умений и навыков в области безопасности жизнедеятельности.

Программа ОБЖ обеспечивает реализацию практико-ориентированного подхода в преподавании ОБЖ, системность и непрерывность приобретения обучающимися знаний и формирования у них навыков в области безопасности жизнедеятельности при переходе с уровня основного общего образования; продолжения освоения содержания материала в логике последовательного нарастания факторов опасности: опасная ситуация, экстремальная ситуация, чрезвычайная ситуация и разумного построения модели индивидуального и группового безопасного поведения в повседневной жизни с учётом актуальных вызовов и угроз в природной, техногенной, социальной и информационной сферах.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

В современных условиях с обострением существующих и появлением новых глобальных и региональных вызовов и угроз безопасности России (резкий рост военной напряжённости на приграничных территориях; продолжающееся распространение идей экстремизма и терроризма; существенное ухудшение медико-биологических условий жизнедеятельности; нарушение экологического равновесия и другие) возрастает приоритет вопросов безопасности, их значение не только для самого человека, но также для общества и государства. При этом центральной проблемой безопасности жизнедеятельности остаётся сохранение жизни и здоровья каждого человека. В данных обстоятельствах огромное значение приобретает качественное образование подрастающего поколения россиян, направленное на воспитание личности безопасного типа, формирование гражданской идентичности, овладение знаниями, умениями, навыками и компетенцией для обеспечения безопасности в повседневной жизни.

ОБЖ является открытой обучающей системой, имеет свои дидактические компоненты во всех без исключения предметных областях и реализуется через приобретение необходимых знаний, выработку и закрепление системы взаимосвязанных навыков и умений, формирование компетенций в области безопасности, поддержанных согласованным изучением других учебных предметов. Научной базой учебного предмета ОБЖ является общая теория безопасности, которая имеет междисциплинарный характер, основываясь на изучении проблем безопасности в общественных, гуманитарных, технических и естественных науках. Это позволяет формировать целостное видение всего комплекса проблем безопасности (от индивидуальных до глобальных), что позволит обосновать оптимальную систему обеспечения безопасности личности, общества и государства, а также актуализировать для выпускников построение адекватной модели индивидуального и группового безопасного поведения в повседневной жизни.

Изучение ОБЖ направлено на достижение базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности, что способствует выработке у выпускников умений распознавать угрозы, снижать риски развития опасных ситуаций, избегать их, самостоятельно принимать обоснованные решения в экстремальных условиях, грамотно вести себя при возникновении чрезвычайных ситуаций. Такой подход содействует воспитанию личности безопасного типа, закреплению навыков, позволяющих обеспечивать благополучие человека, созданию условий устойчивого развития общества и государства.

Цели изучения ОБЖ

- освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни; об обязанностях граждан по защите государства;

- развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предупреждению актов терроризма;
- овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья.

Основные задачи, решение которых обеспечивает достижение цели:

- формирование у учащихся научных представлений о принципах и путях снижения «фактора риска» в деятельности человека и общества;
- выработка умений предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера и адекватно противодействовать им;
- формирование у учащихся модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, а также развитие способностей оценивать опасные ситуации, принимать решения и действовать безопасно с учетом своих возможностей.

Место учебного предмета «основы безопасности жизнедеятельности» в учебном плане

Всего на изучение учебного предмета ОБЖ на уровне среднего общего образования отводится 34 часа (1 час в неделю).

Содержание учебного предмета

Раздел I. Основы комплексной безопасности

Тема 1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни

1.1. Автономное пребывание человека в природной среде. Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия. Причины, приводящие человека к автономному существованию в природе. Способы подготовки человека к автономному существованию в природной среде.

1.2. Практическая подготовка к автономному пребыванию в природной среде. Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разведение костра, приготовление пищи на костре, меры пожарной безопасности.

1.3. Обеспечение личной безопасности на дорогах. Основные причины дорожно-транспортного травматизма. Роль «человеческого фактора» в возникновении ДТП. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Уровень культуры водителя и безопасность на дорогах.

1.4. Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях. Наиболее вероятные ситуации криминогенного характера на улице, в транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью.

Тема 2. Личная безопасность в условиях чрезвычайных ситуаций

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

2.2. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера. Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного характера: геологического, метеорологического, гидрологического и биологического происхождения.

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

2.4. Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации техногенного характера. Рекомендации населению по безопасному поведению в случае возникновения аварии на радиационно-опасном, химически опасном, взрывопожароопасном, гидротехническом объектах.

Раздел II. Защита населения от чрезвычайных ситуаций

Тема 3. Современный комплекс проблем безопасности социального характера

3.1. Военные угрозы национальной безопасности России. Военные угрозы национальной безопасности России. Национальные интересы России в военной сфере, защита ее независимости, суверенитета, территориальной целостности, обеспечение условий для мирного, демократического развития государства.

- 3.2. Характер современных войн и вооруженных конфликтов. Вооруженный конфликт, локальная война, региональная война, крупномасштабная война
- 3.3. Международный терроризм — угроза национальной безопасности России. Терроризм — общие понятия и определения. Характеристика современной террористической деятельности в России. Международный терроризм как социальное явление.
- 3.4. Виды террористических актов, их цели и способы осуществления. Основные виды терроризма по средствам, используемым при осуществлении террористических актов, а также в зависимости от того, против кого направлен террор и какие перед ним поставлены цели. Основные черты, которые характеризуют современный терроризм.
- 3.5. Наркотизм и национальная безопасность России. Наркотизм как преступное социальное явление по незаконному распространению наркотиков среди населения ради получения прибыли. Основные составляющие наркотизма.
- 3.6. Правила личной безопасности при угрозе террористического акта. Наиболее опасные террористические акты. Правила поведения при возможной опасности взрыва. Обеспечение личной безопасности в случае захвата в заложники. Обеспечение безопасности при перестрелке.
- 3.7. Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности. Уголовная ответственность за подготовку и совершение террористического акта (совершение взрыва, поджога или иных действий, создающих опасность гибели людей). Уголовная ответственность за захват заложников; заведомо ложное сообщение об акте терроризма; организация незаконного вооруженного формирования или участие в нем.

Тема 4. Нормативно-правовая база Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства

- 4.1. Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности. Положения Конституции Российской Федерации, 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 гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание основных положений законов, права и обязанности граждан.
- 4.2. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, ее предназначение, структура и основные задачи.

Раздел III. Основы гражданской обороны государства

Тема 5. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны

- 5.1. Гражданская оборона, ее предназначение и основные задачи. 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.
- 5.2. Современные средства поражения, их поражающие факторы. Ядерное оружие, поражающие факторы ядерного взрыва. Химическое оружие, классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, поражающие факторы. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.
- 5.3. Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени. 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.
- 5.4. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях (занятие целесообразно проводить в имеющихся защитных сооружениях).
- 5.5. Средства индивидуальной защиты. Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики.
- 5.6. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне чрезвычайных ситуаций. Предназначение аварийно-спасательных и других неотложных работ,

проводимых в зонах чрезвычайных ситуаций. Организация и основное содержание аварийно-спасательных работ, организация санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения.

Раздел IV. Основы здорового образа жизни и медицинских знаний

Тема 6. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний

6.1. Сохранение и укрепление здоровья — важнейшая составляющая подготовки молодежи к военной службе и трудовой деятельности. 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.

6.2. Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика. Инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике. Наиболее характерные инфекционные заболевания, механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

Тема 7. Здоровый образ жизни и его составляющие

7.1. Здоровый образ жизни — индивидуальная система поведения человека. Общие понятия о режиме жизнедеятельности, и его значение для здоровья человека. Пути обеспечения высокого уровня работоспособности. Основные элементы жизнедеятельности человека (умственная и физическая нагрузка, активный отдых, сон, питание и др.), рациональное сочетание элементов жизнедеятельности, обеспечивающих высокий уровень жизни. Значение правильного режима труда и отдыха для гармоничного развития человека, его физических и духовных качеств.

7.2. Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека. Основные понятия о биологических ритмах человека. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Учет влияния биоритмов при распределении нагрузок в процессе жизнедеятельности для повышения уровня работоспособности.

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

7.4. Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек. Вредные привычки и их социальные последствия. Курение и употребление алкоголя — разновидности наркомании. Наркомания — это заболевание, возникающее в результате употребления наркотиков и психотропных веществ. Профилактика наркомании.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Предметные результаты:

Основы комплексной безопасности

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов, определяющих правила и безопасность дорожного движения;
- использовать основные нормативные правовые акты в области безопасности дорожного движения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области безопасности дорожного движения;
- объяснять назначение предметов экипировки для обеспечения безопасности при управлении двухколесным транспортным средством;
- действовать согласно указанию на дорожных знаках;
- пользоваться официальными источниками для получения информации в области безопасности дорожного движения;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира или водителя транспортного средства в различных дорожных ситуациях для сохранения жизни и здоровья (своих и окружающих людей);
- составлять модели личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на дороге (в части, касающейся пешеходов, пассажиров и водителей транспортных средств);

- комментировать назначение нормативных правовых актов в области охраны окружающей среды;
- использовать основные нормативные правовые акты в области охраны окружающей среды для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области охраны окружающей среды;
- распознавать наиболее неблагоприятные территории в районе проживания;
- описывать факторы экориска, объяснять, как снизить последствия их воздействия;
- определять, какие средства индивидуальной защиты необходимо использовать в зависимости от поражающего фактора при ухудшении экологической обстановки;
- опознавать организации, отвечающие за защиту прав потребителей и благополучие человека, природопользование и охрану окружающей среды, для обращения в случае необходимости;
- опознавать, для чего применяются и используются экологические знаки;
- пользоваться официальными источниками для получения информации об экологической безопасности и охране окружающей среды;
- прогнозировать и оценивать свои действия в области охраны окружающей среды;
- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и при ухудшении экологической обстановки;
- распознавать явные и скрытые опасности в современных молодежных хобби;
- соблюдать правила безопасности в увлечениях, не противоречащих законодательству РФ;
- использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за противоправные действия и асоциальное поведение во время занятий хобби;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о рекомендациях по обеспечению безопасности во время современных молодежными хобби;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения во время занятий современными молодежными хобби;
- применять правила и рекомендации для составления модели личного безопасного поведения во время занятий современными молодежными хобби;
- распознавать опасности, возникающие в различных ситуациях на транспорте, и действовать согласно обозначению на знаках безопасности и в соответствии с сигнальной разметкой;
- использовать нормативные правовые акты для определения ответственности за асоциальное поведение на транспорте;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о правилах и рекомендациях по обеспечению безопасности на транспорте;
- прогнозировать и оценивать последствия своего поведения на транспорте;
- составлять модель личного безопасного поведения в повседневной жизнедеятельности и в опасных и чрезвычайных ситуациях на транспорте.
- Защита населения Российской Федерации от опасных и чрезвычайных ситуаций
- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- использовать основные нормативные правовые акты в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций для изучения и реализации своих прав и определения ответственности; оперировать основными понятиями в области защиты населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- раскрывать составляющие государственной системы, направленной на защиту населения от опасных и чрезвычайных ситуаций;
- приводить примеры основных направлений деятельности государственных служб по защите населения и территорий от опасных и чрезвычайных ситуаций: прогноз, мониторинг, оповещение, защита, эвакуация, аварийно-спасательные работы, обучение населения;
- приводить примеры потенциальных опасностей природного, техногенного и социального характера, характерных для региона проживания, и опасностей и чрезвычайных ситуаций, возникающих при ведении военных действий или вследствие этих действий;
- объяснять причины их возникновения, характеристики, поражающие факторы, особенности и последствия;
- использовать средства индивидуальной, коллективной защиты и приборы индивидуального дозиметрического контроля;

- действовать согласно обозначению на знаках безопасности и плане эвакуации;
- вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;
- прогнозировать и оценивать свои действия в области обеспечения личной безопасности в опасных и чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о защите населения от опасных и чрезвычайных ситуаций в мирное и военное время;
- составлять модель личного безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.
- Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации
- Характеризовать особенности экстремизма, терроризма и наркотизма в Российской Федерации;
- объяснять взаимосвязь экстремизма, терроризма и наркотизма;
- оперировать основными понятиями в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- раскрывать предназначение общегосударственной системы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму;
- объяснять основные принципы и направления противодействия экстремистской, террористической деятельности и наркотизму;
- комментировать назначение основных нормативных правовых актов, составляющих правовую основу противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- описывать органы исполнительной власти, осуществляющие противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации;
- пользоваться официальными сайтами и изданиями органов исполнительной власти, осуществляющих противодействие экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации, для обеспечения личной безопасности;
- использовать основные нормативные правовые акты в области противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму в Российской Федерации для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;
- распознавать признаки вовлечения в экстремистскую и террористическую деятельность;
- распознавать симптомы употребления наркотических средств;
- описывать способы противодействия вовлечению в экстремистскую и террористическую деятельность, распространению и употреблению наркотических средств;
- использовать официальные сайты ФСБ России, Министерства юстиции Российской Федерации для ознакомления с перечнем организаций, запрещенных в Российской Федерации в связи с экстремистской и террористической деятельностью;
- описывать действия граждан при установлении уровней террористической опасности;
- описывать правила и рекомендации в случае проведения террористической акции;
- составлять модель личного безопасного поведения при установлении уровней террористической опасности и угрозе совершения террористической акции.
- Основы здорового образа жизни
- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области здорового образа жизни;
- использовать основные нормативные правовые акты в области здорового образа жизни для изучения и реализации своих прав;
- оперировать основными понятиями в области здорового образа жизни;
- описывать факторы здорового образа жизни;
- объяснять преимущества здорового образа жизни;
- объяснять значение здорового образа жизни для благополучия общества и государства;
- описывать основные факторы и привычки, пагубно влияющие на здоровье человека;
- раскрывать сущность репродуктивного здоровья;
- распознавать факторы, положительно и отрицательно влияющие на репродуктивное здоровье;
- пользоваться официальными источниками для получения информации о здоровье, здоровом образе жизни, сохранении и укреплении репродуктивного здоровья
- Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

- Комментировать назначение основных нормативных правовых актов в области оказания первой помощи;
- использовать основные нормативные правовые акты в области оказания первой помощи для изучения и реализации своих прав, определения ответственности;
- оперировать основными понятиями в области оказания первой помощи;
- отличать первую помощь от медицинской помощи;
- распознавать состояния, при которых оказывается первая помощь, и определять мероприятия по ее оказанию;
- оказывать первую помощь при неотложных состояниях;
- вызывать в случае необходимости службы экстренной помощи;
- выполнять переноску (транспортировку) пострадавших различными способами с использованием подручных средств и средств промышленного изготовления;
- действовать согласно указанию на знаках безопасности медицинского и санитарного назначения;
- составлять модель личного безопасного поведения при оказании первой помощи пострадавшему;
- комментировать назначение основных нормативных правовых актов в сфере санитарно-эпидемиологическом благополучия населения;
- использовать основные нормативные правовые акты в сфере санитарно-эпидемиологического благополучия населения для изучения и реализации своих прав и определения ответственности;
- оперировать понятием «инфекционные болезни» для определения отличия инфекционных заболеваний от неинфекционных заболеваний и особо опасных инфекционных заболеваний;
- классифицировать основные инфекционные болезни;
- определять меры, направленные на предупреждение возникновения и распространения инфекционных заболеваний;
- действовать в порядке и по правилам поведения в случае возникновения эпидемиологического или бактериологического очага.

Метапредметные результаты – освоенные учащимися на базе одного, нескольких или всех учебных предметов способы деятельности, применимые как в рамках образовательного процесса, так и в реальных жизненных ситуациях. Основными метапредметными результатами, формируемыми при изучении основ безопасности жизнедеятельности в основной школе, являются:

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;
- формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.
- владение основными универсальными учебными действиями:

Познавательные: перерабатывать информацию через анализ полученной информации; воспроизводить информацию с помощью знаковых систем, применять знания на практике; воспринимать информацию из разных источников для обобщения;

Регулятивные: нахождение ресурсов и средств для выполнения действия; постановка цели в форме предвосхищения результата; восприятие образа как алгоритма к действию;

Коммуникативные: умение сопоставлять информацию, получаемую из разных источников; сознательное распределение, отслеживание и контроль функции, ответственности; оценка информации и действия относительно общепринятых взглядов, проявление интереса к действиям других учащихся;

Личностные:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования;

- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;
- развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребности соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Календарно-тематический план

№ ур ок а	Наименование разделов и тем	Кол-во часов		Дата	Электронные образовательные ресурсы
		все го	К/р, П/р		
Раздел 1. Основы комплексной безопасности (4 часа)					
1	«Правила безопасного поведения в условиях вынужденной автономии и природных условиях»	1	1		https://infourok.ru/prezentaciya-k-uroku-obzh-po-teme-pravila-bezopasnogo-povedeniya-v-usloviyah-vinuzhdenogo-avtonomnogo-suschestvovaniya-klass-2106864.html
2	Обеспечение личной безопасности на дорогах	1			https://resh.edu.ru/subject/lesson/4816/start/
3	Правила безопасного поведения в обществе в ситуациях криминального характера»	1			https://nsportal.ru/shkola/osnovy-bezopasnosti-zhiznedeyatelnosti/library/2016/11/09/pravila-povedeniya-v-situatsii
4	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера и их возможные последствия. «Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»	1	1		https://pgk63.ru/assets/files/special/15.02.07/rab_prog/speed/file_18.pdf
Раздел 2. Основы противодействия терроризму в Российской Федерации (4 ч.)					
5	Терроризм и террористическая деятельность, их цели и последствия.	1			https://infourok.ru/urok-obzh-terrorizm-i-terroristicheskaya-deyatelnost-ih-celi-i-posledstviya-2791817.html
6	«Законы и нормативно-правовые акты Российской Федерации по противодействию терроризму»	1			https://resh.edu.ru/subject/lesson/5831/conspect/
7	Уголовная ответственность за террористическую и экстремистскую деятельность	1	1		https://infourok.ru/prezentaciya-po-obzh-10-klass-ugolovnaya-otvetstvennost-za-terroristicheskuyu-deyatelnost-4505104.html
8	Правила поведения при угрозе террористического акта	1	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/3977/conspect/
Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (5 часов)					
9	«Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юношей допризывного возраста»	1			https://gigabaza.ru/doc/4523.html
10	«Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика»	1			https://multiurok.ru/files/10-klass-urok-obzh-osnovnyie-infieksionnyie-zabol.html
11	«Здоровый образ жизни и его составляющие» Биологические ритмы и их влияние на здоровье человека	1			https://nsportal.ru/shkola/osnovy-bezopasnosti-zhiznedeyatelnosti/library/2017/07/27/prezentatsiya-k-uroku
12	«Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека»	1	1		https://prezentacii.org/konspekty/konspekty-po-obzh/1482-plan-binarnogo-uroka-obzh-i-fizkul-tury-v-10-klasse-znachenie-dvigatel-noy-aktivnosti-i-zakalivaniya-organizma-dlya-zdorov-ya-cheloveka.html

13	«Вредные привычки и их влияние на здоровье человека»	1	1		https://infourok.ru/otkritiy-urok-obzh-klass-vrednie-privichki-i-ih-vliyanie-na-zdorove-chelovekaprofilaktika-vrednih-privichek-3663118.html
Раздел 4. Основы медицинских знаний и правила оказания первой мед. помощи (6 ч.)					
14	Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.	1	1		https://multiurok.ru/files/pervaia-pomoshch-pri-ostro-nerdechnoi-nedostato-1.html
15	Первая медицинская помощь при ранениях и кровотечениях	1	1		https://infourok.ru/metodicheskaya-razrabotka-uroka-po-teme-okazanie-pervoj-pomoshi-pri-krovotecheniyah-10-klass-obzh-4570441.html
16	Способы иммобилизации и переноски пострадавшего. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата	1	1		https://nsportal.ru/shkola/osnovy-bezopasnosti-zhiznedeyatelnosti/library/2018/02/26/prezentatsiya-pervaya-meditsinskaya
17	Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника	1	1		https://infourok.ru/prezentatsiya-k-uroku-po-obzh-v-klasse-pervaya-pomosch-pri-cherepnomozgovoy-travme-i-povrezhdenii-pozvonochnika-3401260.html
18	Первая медицинская помощь при травмах груди, живота и области таза.	1	1		https://infourok.ru/prezentatsiya-po-obzh-na-temu-pervaya-pomosch-pri-travmah-grudi-zhivota-i-oblasti-taza-1137387.html
19	Первая медицинская помощь при остановке сердца Экстренная реанимационная помощь	1	1		https://nsportal.ru/shkola/osnovy-bezopasnosti-zhiznedeyatelnosti/library/2020/03/01/urok-pri-ostanovke-serdtsa-i
Раздел 5. Основы обороны государства (5 часов)					
20	«Гражданская оборона как система мер по защите населения в мирное и военное время»	1			https://nsportal.ru/shkola/osnovy-bezopasnosti-zhiznedeyatelnosti/library/2013/12/24/organizatsiya-urokov-po
21	«Основные виды оружия и их поражающие факторы»	1			https://videouroki.net/video/22-osnovnyie-vidy-oruzhiia-i-ikh-porazhaiushchiie-factory.html
22	«Оповещение и информирование населения в мирное и военное время»	1	1		https://infourok.ru/prezentatsiya-k-uroku-po-obzh-na-temu-opoveschenie-i-informirovanie-naseleniya-ob-opasnostyah-voznikayuschih-v-chrezvichaynih-sit-724670.html
23	«Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил, рода войск, история их создания и предназначение»	1			https://infourok.ru/prezentatsiya-k-uroku-po-obzh-organizacionnaya-struktura-vooruzhyonnih-sil-vidi-vooruzhyonnih-sil-roda-voysk-i-ih-prednaznachenie-777204.html
24	Основные понятия о воинской обязанности.	1	1		https://nsportal.ru/shkola/osnovy-bezopasnosti-zhiznedeyatelnosti/library/2017/01/13/voinskaya-obyazannost
Раздел 6. Основы военной службы (10 часов)					
25	Размещение военнослужащих	1			https://multiurok.ru/files/razmieshcheniie-voiennozluzhashchikh-1.html

26	Строй и управление ими	1	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4819/conspect/
27	Движение в строю. Одиночная строевая подготовка		1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4819/conspect/303745/
28	Общевойские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации.	1			https://infourok.ru/prezentaciya-po-obzh-na-temu-ustavi-vs-rf-klass-1687228.html
29	Прохождение военной службы по призыву. Военские звания военнослужащих Вооруженных Сил Российской Федерации.	1			https://nsportal.ru/shkola/osnovy-bezopasnosti-zhiznedeyatelnosti/library/2013/12/17/sostav-voennosluzhashchikh-i
30	Суточный наряд. Обязанности лиц суточного наряда.	1	1		https://videouroki.net/video/31-sutochnyi-nariad-obshchiie-polozhieniia-obiazannosti-diezhurnogho-i-dnieval-nogho-porotie.html
31	Организация караульной службы. Обязанности часового.	1	1		https://infourok.ru/prezentaciya-uroka-po-obzh-na-temu-karaulnaya-sluzhba-klass-3870212.html
32	Строевая подготовка.	1	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/4819/conspect/
33	Огневая подготовка	1	1		https://nsportal.ru/shkola/osnovy-bezopasnosti-zhiznedeyatelnosti/library/2012/02/20/ognevaya-podgotovka
34	Тактическая подготовка.	1	1		https://resh.edu.ru/subject/lesson/5507/start/
	ИТОГО	34	21		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Основная литература:

1. «Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс». Учебник для общеобразовательных учреждений/ А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, М., издательство «Просвещение», 2018 г. – 224 с.
2. «Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс». Учебник для общеобразовательных учреждений/ А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, М., издательство «Просвещение», 2018 г. – 224 с.

Дополнительна литература:

1. Альт шулер В. М., Надеждин А. В. Наркомания: дорога в бездну: Кн. Для учителей и родителей. - М.: Просвещение, 2000.
2. Байер К., Шейнберг Л. Здоровый образ жизни /пер. с англ. – М.: Мир, 1997.
3. Баллингер Э. Учебная гимнастика: Двигательные упражнения для успешной учебы в школе. - М.: Просвещение, 1996.
4. Безопасность жизнедеятельности: Учеб. – 3-е изд., перераб. и доп. /под ред. Э. А. Арустамова. - М.: Издательский Дом «Дашков и К», 2001.
5. Большой энциклопедический словарь. - М.: Научное издательство «Большая Российская энциклопедия». - СПб. Норинт, 1997.
6. Гражданская защита: Энцикл. словарь /Ю. Л. Воробьев и др.; под общ. ред. С. К. Шойгу. – М.: ДЭКС-ПРЕСС, 2005.
7. Здоровая семья /пер. с англ. М. Г. Лунко, Д. А. Иванова. - М.: Крон-Пресс, 1994.
8. Конституция Российской Федерации (последняя редакция).
9. Концепция национальной безопасности Российской Федерации //Вестник военной информации. - 2000. № 2.
10. Краткая медицинская энциклопедия: В 2 т. /под. ред. академик РАМН В. И. Покровский. - М.: Научно-практическое объединение «Медицинская энциклопедия»; Крон-Пресс, 1994.
11. Лях В. И., Зданевич А. А. Физическая культура: Учебн. для учащихся 8–9 кл. общеобразоват. учреждений /под общ. ред. В. И. Ляха. — М.: Просвещение, 2005–2006.
12. Мардерфельд В. Л. 500 тестов по учебному курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: пособ. для учителя. - СПб. Просвещение, 2004.
13. Мардерфельд В. Л. Раздаточные материалы по учебному курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: Пособ. для учителя. - М.: Просвещение, 2004.
14. Макеева А. Г. Все цвета, кроме черного: семейная профилактика наркотизма школьников: Кн. для родителей /А. Г. Макеева. - М.: Просвещение, 2005.
15. Макеева А. Г. Все цвета, кроме черного: педагогическая профилактика наркотизма школьников: Метод. пособие для учителя / А. Г. Макеева. - М.: Просвещение, 2005.
16. Методические материалы и документы по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: Кн. для учителя /А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин. - М.: Просвещение, 2004.
17. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: Учеб. для учащихся 10-11 кл. общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин, П. В. Ижевский. Под общ. ред. А. Т. Смирнова, - М.: Просвещение, 2007.
18. Основы безопасности жизнедеятельности: Сб. заданий для проведения экзаменов/А. Т. Смирнов, М. В. Маслов, Б. И. Мишин; под общ. ред. А. Т. Смирнова. - М.: Просвещение, 2007.
19. Основы безопасности жизнедеятельности: Справочник /А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, Р. А. Дурнев, Э. Н. Аюпов; под общ. ред. А. Т. Смирнова. - М.: Просвещение, 2007.
20. Основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности населения /Ю.Л. Воробьев, В. А. Тучков, Р. А. Дурнев; под общ. ред. Ю. Л. Воробьева. - М.: Деловой экспресс, 2006.
21. Петров С. В., Бубнов В. Г. Первая помощь в экстремальных ситуациях: Практическое пособие. - М.: НИЦ ЭНАС, 2000.
22. Противодействие терроризму: Учебно-метод. Пособие /под общ. Ред. Ю. С. Паткевича. - Ижевск: Удмуртия, 2004.
23. Семейный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).
24. Смирнов А. Т., Мишин Б.И. Основы безопасности жизнедеятельности: Учеб. для 10 кл. - М.: Просвещение, 2017.

25. Смирнов А. Т., Хренников Б.О. Основы безопасности жизнедеятельности: Учеб. для 10 кл. – М.: Просвещение, 2018.
26. Программа по курсу ОБЖ: авторы А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, «Просвещение», 2012 г.
27. Терроризм. Это должен знать каждый: рекомендации, разработанные Службой по борьбе с терроризмом Управления ФСБ России / под ред. А. А. Кокорева. - М.: Изограф, 2000.
28. Тупикин Е.И., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: Тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10-11 класс: Пособие для преподавателей, - М.: Дрофа, 2007.
29. Уголовный кодекс Российской Федерации (последняя редакция).
30. Федеральные законы «Об образовании», «О противодействии терроризму»
31. Собрание законодательства Российской Федерации: Официальное издание. – М., 1998; 2003-2006.
32. Формирование здорового образа жизни подростков на уроках ОБЖ: Метод. пособие / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин. - М.: Вентана-Граф, 2002.
33. Чрезвычайные ситуации: Энциклопедия школьника /под общ. Ред. С. К. Шойгу. - М., 2004.
34. <http://www.znakcomplex.ru/top/out.php?id=65> – Инструкции, учебные фильмы, иллюстрированные инструктажи, видеоинструктажи, тематические стенды и плакаты по охране труда, безопасности дорожного движения, технике безопасности, безопасности жизнедеятельности;
35. <http://www.alleng.ru/edu/saf.htm> - Методические материалы, тесты, билеты, книги и учебные пособия по ОБЖ;
36. http://www.window.edu.ru/window/catalog?p_rubr=2.1.15 – Каталог по основам безопасности жизнедеятельности единого окна доступа к образовательным ресурсам;
37. <http://www.garant.ru/prime/20070719/6232673.htm> - Методические рекомендации по организации образовательного процесса в общеобразовательных учреждениях по курсу ОБЖ;
38. <http://www.school-collection.edu.ru/catalog/res/> - Библиотека электронных наглядных пособий по ОБЖ для 5-11 классов;
39. <http://www.afestival.1september.ru/subjects/12> - Фестиваль «Открытый урок», материалы по ОБЖ;
40. <http://www.russmag.ru/pgroup.php?id=2> – Материалы журнала «Основы безопасности жизни»;

Средства обучения для учителя и учащихся (ЭОР):

1. <http://www.school-obz.org/>
2. <http://www.bezopasnost.edu66.ru>
3. <http://www.school-obz.org/topics/prir/prir.html>
4. <http://lib.rus.ec/b/166178/read>
5. <http://azbez.com/safety/emergency/nature>
6. <http://lib.rus.ec/b/308180/read#t55>