



КОМИТЕТ ПО ОБРАЗОВАНИЮ
администрации Ханты-Мансийского района
Ханты-Мансийский автономный округ – Югра
муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
Ханты-Мансийского района
«Средняя общеобразовательная школа п. Бобровский»

Приложение 1 к ООП СОО (ФГОС СОО)
на 2022-2024 гг.
(10 класс)

МКОУ ХМР «Средняя общеобразовательная
школа п. Бобровский»
Приказ № 160-О от 26.08.2021 года

Рабочая программа
по ОБЖ 10 класс

(наименование учебного курса, предмета, дисциплины модуля)

Составитель:

Сивков И.В.

(ФИО)

преподаватель –организатор ОБЖ

(преподаваемый предмет)

первой квалификационной категории

2021 год

Учебно-методический комплект предмета.

Основы безопасности жизнедеятельности. Рабочие программы. Предметная линия учебников под редакцией А. Т. Смирнова. 10—11 классы : пособие для учителей общеобразоват. организаций / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников. — М. : Просвещение, 2014

Основы безопасности жизнедеятельности : 10-й кл.: Учеб. для общеобразовательных учреждений/ М.П. Фролов и др.; Под ред. Ю.Л.Воробьева.-М.: Дрофа : Астрель,2016.

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностные результаты изучения основ безопасности жизнедеятельности определяются сформированностью у учащихся ключевых понятий, убеждений, качеств и привычек в области безопасности жизнедеятельности.

Личностные результаты:

- сформированность целостного представления об основных направлениях обеспечения национальной безопасности Российской Федерации и основных приоритетах национальной безопасности (национальной обороне, государственной и общественной безопасности);
- выбор направления самостоятельной подготовки в области безопасности жизнедеятельности в сфере будущей профессиональной деятельности и в повседневной жизни с учётом индивидуальных возможностей и потребностей;
- сформированность современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, способствующей снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- осознание терроризма и экстремизма как социальных явлений, представляющих серьёзную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности;
- сформированность нравственных позиций и личных качеств, способствующих противостоянию террористической и экстремистской идеологии;
- сформированность потребностей в соблюдении норм и правил здорового образа жизни;
- выработка устойчивого негативного отношения к курению, употреблению алкоголя и наркотиков;
- осознание значения семьи для жизни современного общества и благоприятной демографической ситуации в стране;
- сформированность убеждения в необходимости освоения основ медицинских знаний и выработки умений в оказании первой помощи при неотложных состояниях;

- морально-психологическая и физическая подготовленность к успешной профессиональной деятельности, в том числе к военной службе в современных условиях;
- воспитание патриотизма, уважения к историческому и культурному прошлому России и её Вооружённым Силам;
- воспитание потребности в правовой подготовке и освоение основных положений законодательства Российской Федерации в области обороны государства, воинской обязанности и военной службы граждан;
- уяснение значения роли гражданской обороны в области защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени и выработка убеждения в необходимости овладения навыками в области гражданской обороны.

Метапредметные результаты изучения основ безопасности жизнедеятельности определяются сформированностью у учащихся современной системы взглядов:

- на события и явления, происходящие в современном мире в природной, техногенной и социальной сферах обитания, и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- на состояние защищённости жизненно важных интересов личности, общества и государства в Российской Федерации от внешних и внутренних угроз.

Метапредметные результаты:

- умение обоснованно объяснять особенности современных процессов мирового развития в условиях глобализации, которые формируют новые угрозы и риски для безопасности жизнедеятельности личности, общества, государства и национальной безопасности России;
- умение характеризовать основные направления перехода Российской Федерации к новой государственной политике в области национальной безопасности;
- поиск в различных информационных источниках и самостоятельный отбор информации о наиболее характерных чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, имевших место за последнее время в стране. Анализ причин их возникновения и последствий; систематизация рекомендаций населению по правилам безопасного поведения для минимизации последствий различных чрезвычайных ситуаций;
- умение характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьёзную угрозу личности, обществу, государству и национальной безопасности России;
- умение логически обоснованно доказывать следующие положения:
— любые акты терроризма являются преступлениями, не имеющими оправдания;

- террористическая деятельность бесцельна;
- наказание за любую террористическую деятельность наступает неизбежно;
- умение обосновывать значение здорового образа жизни как индивидуальной системы поведения человека для обеспечения его духовного, физического и социального благополучия;
- умение подбирать из различных информационных источников убедительные примеры пагубного влияния курения, употребления алкоголя, наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека, а также умение отстаивать свою точку зрения по этому вопросу при общении в кругу сверстников;
- умение характеризовать назначение и функции семьи в современном обществе и логично обосновывать влияние благополучных семейных отношений на здоровье личности, общества и демографическую безопасность в государстве;
- умение логично обосновывать важность и значение владения методами оказания первой помощи при неотложных состояниях;
- умение осмысливать и понимать основные стратегические цели совершенствования национальной обороны государства для предотвращения глобальных и региональных войн и конфликтов, а также в целях осуществления стратегического сдерживания в интересах обеспечения военной безопасности страны;
- умение характеризовать роль и место Вооружённых Сил Российской Федерации в обеспечении национальной безопасности страны;
- умение доступно излагать содержание основ законодательства Российской Федерации об обороне государства, воинской обязанности и военной службе граждан Российской Федерации;
- умение обосновывать необходимость обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и подготовки их по основам военной службы для успешного выполнения ими конституционного долга и обязанности по защите Отечества.

Предметные результаты освоения основ безопасности жизнедеятельности отражают:

- формирование устойчивого интереса и потребности к получению знаний, способствующих безопасному образу жизни;
- осознание культуры безопасности жизнедеятельности, в том числе экологической культуры, как жизненно важной социально-нравственной позиции личности, а также средства, повышающего защищённость личности, общества и государства от отрицательных последствий влияния человеческого фактора и от внешних и внутренних угроз;
- формирование гражданской патриотической позиции, направленной на повышение мотивации к военной службе в современных условиях;

- понимание роли государства, российского законодательства и государственных служб в защите населения от внешних и внутренних угроз;
- формирование личной гражданской позиции негативного отношения к идеологии экстремизма, терроризма, а также к асоциальному поведению и другим действиям противоправного характера;
- ориентацию на здоровый образ жизни и здоровьесберегающие технологии в повседневной жизни;
- знание распространённых опасных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- понимание необходимости негативного отношения к наркомании, алкоголизму, токсикомании и необходимости исключения из своей жизни вредных привычек (курения, употребления алкоголя и др.);
- знание основных мер и правил поведения и защиты в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, в том числе в области гражданской обороны;
 - умение оказывать первую помощь пострадавшим;
- знание основ обороны государства (законодательных актов об обороне государства и воинской обязанности граждан); · понимание прав и обязанностей гражданина до призыва и во время прохождения военной службы;
- знание требований, предъявляемых военной службой к уровню подготовки призывника;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным для них признакам;
- умение применять полученные знания на практике, действовать с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умение проектировать модели личного безопасного поведения;
- понимание основных видов военно-профессиональной деятельности, особенностей прохождения военной службы по призыву, по контракту, особенностей увольнения с военной службы и пребывания в запасе;
- всестороннее знание основ военной службы, включая правовые, уставные, военно-ритуальные аспекты, размещение и быт военнослужащих, порядок несения службы, строевой, огневой и тактической подготовки;
- владение основами медицинских знаний и оказания первой помощи пострадавшим, включая знания об основных инфекционных заболеваниях и их профилактике, а также первой помощи при травмах, отравлениях и различных видах поражений.
 - виды деятельности учеников, направленные на достижение результата;

развитию личности ребенка,
становлению его мыслительных процессов,
развивают способности,
закладывают высокие моральные нормы.

2. Содержание учебного предмета Безопасность личности, общества и государства.

Основы комплексной безопасности. Защита населения от внешних и внутренних угроз.

Основные направления национальной безопасности России. Оборона государства. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации. Национальные интересы России. Стратегические цели. Государственная политика РФ. Интересы России в социальной, духовной, экологической и информационных сферах.

— Государственная и общественная безопасность. Военная доктрина. Основные понятия: «военная безопасность РФ», «военная угроза», «военный конфликт», «крупномасштабная война», «военная политика», «военная организация государства».

— Обеспечение национальной безопасности России на международной арене. Главные законодательные, нормативные правовые документы: Конституция Российской Федерации, Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года, Концепция внешней политики Российской Федерации, Военная доктрина Российской Федерации. Опасности и угрозы внешнего характера. Внешнеполитическая деятельность России.

— Законодательные и нормативно-правовые акты РФ по обеспечению безопасности. Федеральные законы «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «О радиационной безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму», «О противодействии экстремистской деятельности», «Об основах здоровья граждан в Российской Федерации» и др. Положения Конституции РФ (извлечения).

— Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). История создания РСЧС. Основные задачи РСЧС. Структура РСЧС. Функциональные, территориальные подсистемы. Координационные органы. Постоянно действующие органы управления.

Практическая работа.

1. Национальные интересы России. Сравнительный анализ по показателям: 1) Сфера деятельности общества и государства; 2) Национальные интересы; 3) Угрозы национальной безопасности.

2. Законодательные меры по противодействию терроризму.

Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны. Гражданская оборона (ГО):

основные понятия, определения и задачи. Федеральный закон «О гражданской обороне». История ГО. Руководство и полномочия ГО. Силы ГО. Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

— Современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения.

— Ядерное оружие и его поражающие факторы. История ядерного оружия. Понятия «эпицентр ядерного взрыва», «ударная волна»,

- «световое излучение», «радиоактивное заражение», «электромагнитный импульс». Защита от ядерного оружия. Ядерное сдерживание.
- Химическое оружие. История химического оружия. Отравляющие вещества и их виды. Понятия «очаг химического поражения», «зона химического поражения». Запрещение химического оружия.
 - Биологическое (бактериологическое) оружие. Вопросы применения бактериологического оружия. Понятия «эпидемия», «очаг биологического поражения», «обсервация», «карантин». Заражающие средства: вирусы, грибки, токсины.
 - Современные обычные средства поражения. Высокоточное оружие. Неуправляемые боеприпасы. Зажигательное оружие.
 - Оповещение населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени. Оповещение. Разбор и анализ реальных событий. Потенциально опасный объект.
 - Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени. Коллективные средства защиты. Убежища. Противорадиационные укрытия, их назначение и устройство. Защитные свойства помещений разных видов. Простейшие укрытия (щели).
 - Средства индивидуальной защиты. Средства защиты органов дыхания. Типы противогазов. Простейшие средства защиты органов дыхания. Средства защиты кожи, их назначение и правила пользования. Специальные (табельные) средства. Изолирующие средства. Медицинские средства. Индивидуальный противохимический пакет.
 - Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС и применение современных средств поражения. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне ЧС. Разведка, ее цели и задачи. Ликвидация последствий ЧС силами и средствами организаций и органов местного самоуправления. Санитарная обработка людей (частичная и полная). Дезактивация. Дегазация. Дезинфекция. Эвакуация населения. Экстренная эвакуация. Разбор и анализ реальных событий.
 - *Организация гражданской обороны в общеобразовательных учреждениях.*

Практическая работа.

Ситуационные задачи на тему «Обеспечение безопасности населения при ЧС мирного времени».

Основы военной службы

Вооруженные Силы Российской Федерации.

- История создания и развития Вооруженных Сил России. Зарождение ратного дела на Руси. Дружинный этап развития русского войска. Воители земли Русской IX—XVI веков. Военная реформа Ивана Грозного. Создание постоянного войска. Первые уставы и военные законы на Руси. Создание регулярной армии и флота Петром Великим. Русская армия в конце XVIII — начале XIX в. Военная реформа Александра II. Создание Красной Армии. Преемственность традиций Российской императорской и Красной Армии. Красная Армия в предвоенный период. Великая Отечественная война. Армия СССР. Вооруженные Силы России на современном этапе.

Состав и структура Вооруженных Сил Российской Федерации. Военная организация государства и ее предназначение. Задачи вооруженных сил в мирное и военное время, в случае обострения военно-политической и военно-стратегической обстановки. Федеральный закон «Об обороне». Руководство и управление Вооруженными Силами РФ. Структура вооруженных сил. Вид вооруженных сил, род войск, армия, бригада, тыл вооруженных сил. Виды Вооруженных Сил РФ. Рода Вооруженных Сил РФ. Рода войск. Отдельные рода войск Вооруженных Сил РФ.

Правовые основы военной службы.

— Воинская обязанность граждан. Постановка на первоначальный воинский учет. Формы исполнения воинской обязанности. Извлечения из Федерального закона «О воинской обязанности». Воинский учет. Правила постановки граждан на первоначальный воинский учет.

— Воинские уставы. История воинского устава. Общевоинские и боевые уставы. Устав внутренней службы. Дисциплинарный устав.

Строевой устав. Устав гарнизонной и караульной служб.

— Основные виды военно-профессиональной деятельности. Огневая, строевая и тактическая подготовка. Служебно-боевая деятельность: боевое дежурство, караульная и внутренняя службы. Реальные военные действия.

— Размещение и быт военнослужащих. Распределение времени и внутренний порядок повседневной деятельности военнослужащих.

Подъем, утренний осмотр и вечерняя поверка. Учебные занятия. Завтрак, обед и ужин. Личное время.

— Суточный наряд. Организация караульной службы. Дежурный по роте. Дневальный по роте.

— Строевая подготовка. Строй и его элементы. Воинское приветствие. Выход из строя и возвращение в строй.

Практическая работа.

Отработать приемы основ строевой подготовки.

— Огневая подготовка. Назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Понятие об устройстве и работе автомата. Разборка и сборка автомата. Уход за автоматом и его хранение.

— Основы тактической подготовки. Современный общевойсковой бой. Бой, наступление, оборона.

Учебные сборы — составная часть подготовки к военной службе. Требования безопасности при проведении стрельб.

Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях

Опасные и чрезвычайные ситуации и правила безопасного поведения.

— Правила поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях социального характера. Криминальная (криминогенная) обстановка. Терроризм. Уголовный кодекс РФ (извлечения). Понятия и виды преступлений. Ответственность за уголовные преступления. Виды наказаний, назначаемые несовершеннолетним.

— Практическая работа.

1. Терроризм и меры по его предупреждению.

2. Обсудить причины основных правонарушений и преступлений со стороны подростков, и что требуется сделать, чтобы преступлений было как можно меньше.

— Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Действия в чрезвычайных ситуациях природного характера (землетрясение, наводнение, смерч, ураган (тайфун), сель, снежная лавина). Действия в чрезвычайных ситуациях техногенного характера (авария с выбросом аварийно-химически опасных веществ, радиационная опасность).

Практическая работа.

Ролевая игра. Действия населения и спасателей в условиях природной чрезвычайной ситуации.

— Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природе. Ориентирование на местности. Ориентирование по Солнцу, по звездам. Определение сторон света с помощью механических часов. Движение по азимуту. Магнитный азимут. Магнитное склонение.

Практическая работа.

Ориентирование на местности с помощью карты и компаса.

Здоровый образ жизни

Основы формирования здорового образа жизни.

— Индивидуальное здоровье человека и здоровье общества. Всемирная организация здоровья (ВОЗ). Средняя продолжительность жизни — один из показателей общественного здоровья. Физическое развитие человека. Критерии оценки физического развития человека. Физическая подготовленность. Зарядка. Занятия спортом. Роль некоторых прикладных видов спорта в формировании физических и духовных качеств человека.

Практическая работа.

Роль прикладных видов спорта в профессиональной деятельности людей.

— Культура питания. Рацион питания. Безопасность пищи. Пищевые добавки.

— Режим труда и отдыха — составляющие здорового образа жизни. Режим дня. Сон. Самочувствие. Утомление и переутомление.

Закаливание и его виды.

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

— Духовно-нравственное здоровье общества — фактор национальной безопасности России.

Практическая работа.

Дискуссия на тему: «Духовно-нравственное здоровье общества — как фактор национальной безопасности России». Обсуждение современных проблем в школе, в обществе. Творчество и перспективы современной молодежи.

- межпредметные связи учебного предмета, курса, модуля;

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» способен решить задачу, которую не решала до этого ни одна учебная дисциплина, а именно: преодолеть фрагментарное базовое знание через объединение физики, химии, биологии, географии, истории, экологии и других дисциплин в единый смысловой блок, объясняющий обучающемуся, зачем ему нужны эти знания и как ими пользоваться. **ОБЖ** — интегративная дисциплина. Её основы формируются исходя из её комплексной сущности, возникшей на стыке естественных, общественных и технических дисциплин; она изучает закономерности и механизмы защиты человека и общества. При этом ОБЖ не ставит своей целью взять часть материала этих предметов. Наоборот, ОБЖ даёт новое видение явлений, изучаемых биологией, физикой, химией, экологией, указывает на объективно существующие законы и тем самым делает интегрированные знания обучающихся более глубокими и практичными. В курсе ОБЖ предметные знания обучающихся о безопасности, усваиваемые на уроках других учебных дисциплин, обобщаются, систематизируются, корректируются, дополняются, уточняются, выступают основой формирования умений и навыков

безопасного поведения. В то же время знания и умения, усвоенные на уроках ОБЖ, совершенствуются на уроках химии, физики, биологии, физической культуры и других дисциплин

3. Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

№ п/п	Тема уроков	Кол-во часов	Требования	Дата проведения урока по плану	Дата проведения урока фактически	Форма реализации воспитательного потенциала темы
Основы комплексной безопасности. Защита населения от внешних и внутренних угроз 5ч.						
1	Основные направления национальной безопасности России.	1	Дать представление о главных положениях национальной безопасности; направлениях обеспечения национальной безопасности. Актуализировать знания о внешней политике России. Научить работать с различными источниками информации	01.09.22		просмотр видео, фильмов, совместные внеурочные мероприятия с родителями, диспуты и дискуссии на данную тему
2	Государственная и общественная безопасность.	1	Дать представления о вопросах национальной обороне РФ. Знать основные положения Федерального закона «Об обороне». Знать роль Вооруженных Сил РФ. Показать роль военной доктрины в стратегическом планировании защиты Отечества	08.09.22		
3	Обеспечение национальной безопасности России на международной арене.	1	Дать представления о национальных интересах РФ, о путях обеспечения	15.09.22		
4	Законодательные и нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности.	1	Актуализировать знания о законах РФ, направленных на обеспечение личной и общественной безопасности. Показать важность обеспечения личной и общественной безопасности. Уметь работать с первоисточниками. Уметь анализировать, сопоставлять и делать выводы	22.09.22		

5	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).	1	Актуализировать знания об опасных и чрезвычайных ситуациях. Дать представление о структуре и задачах Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Актуализировать знания о предупредительных мероприятиях по защите населения от ЧС различного характера	29.09.22		
ГРАЖДАНСКАЯ ОБОРОНА - СОСТАВНАЯ ЧАСТЬ ОБОРОНОСПОСОБНОСТИ СТРАНЫ						
6	Гражданская оборона: основные понятия, определения и задачи.	1	Показать задачи ГО. Актуализировать знания об основных направлениях государственной политики в области ГО и защиты населения и территории от ЧС. Научить работать с дополнительными источниками информации	06.10.22		просмотр кино-, видео это могут быть как документальные, так и художественные фильмы, главное чтобы они отражали саму суть и опасность чрезвычайных ситуаций и отражали систему государственной ликвидации этих ЧС, «беседа с интересным человеком»- это может быть к примеру сотрудник МЧС, который совместно с учителем будет участвовать в учебно-воспитательном процессе на уроке, несомненно успешно применять различные игровые методики
7	Современные средства поражения и их поражающие факторы, мероприятия по защите населения	1	Актуализировать знания о современных средствах поражения и мероприятиях по защите населения. Понимать необходимость обеспечения личной и общественной безопасности	13.10.22		
8	Оповещение населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени	1	Актуализировать знания о роли и средствах оповещения населения в случае опасности или ЧС. Понимать необходимость обеспечения личной и общественной безопасности	20.10.22		
9	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени.	1	Знать существующие средства защиты. Знать типы и принцип устройства защитных сооружений. Понимать необходимость обеспечения личной безопасности	27.10.22		
10	Средства индивидуальной защиты.	1	Знать существующие средства защиты органов дыхания. Понимать необходимость обеспечения личной безопасности	10.11.22		
11	Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС и применение современных средств поражения.	1	Изучить организацию и ведение разведки в зоне ЧС, спасательных работ, организацию и ведение санитарной обработки. Ознакомить с основными терминами и категориями понятия «эвакуация», изучить способы эвакуации, правила поведения при эвакуации	17.11.22		

12	Организация гражданской обороны в общеобразовательных учреждениях	1	Ознакомить с органами управления и задачами ГО в школе. Изучить роль учащихся при проведении мероприятий ГО в школе. Познакомить и закрепить первичные навыки действий при угрозе ЧС, возникновении ЧС и ликвидации последствий ЧС в школе	24.11.22		
ОСНОВЫ ВОЕННОЙ СЛУЖБЫ						
Вооруженные силы Российской Федерации- надежная защита нашего Отечества						
13	История создания и развития Вооруженных Сил России.	1	Познакомить с историей создания и развития Вооруженных Сил России. Актуализировать знания по истории Отечества, полученные на уроках истории. Знать и уважать историю Отечества	01.12.22		парад (демонстрация строевой подготовки), дискуссии и диспуты, классные часы, викторины, посещение краеведческого музея, встречи с ветеранами, чтение рассказов и стихов о войне, работа над творческими проектами, посвященными Великой Отечественной войны военно-спортивные игры и соревнования (Зарница, соревнования по ГО), 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 (выступает как форма военно-патриотического воспитания)
14	Состав и структура Вооруженных Сил Российской Федерации.	1	Представлять управление оборонным строительством в РФ, полномочия в этом вопросе различных органов государственной власти, Структура ВС РФ	08.12.22		
15	Виды Вооруженных Сил Российской Федерации, рода Вооруженных Сил Российской Федерации, рода войск.	1	Познакомить с назначением, задачами, структурой видов Вооруженных РФ	15.12.22		
16	Отдельные рода войск Вооруженных Сил Российской Федерации.	1	Познакомить с назначением, задачами, структурой видов Вооруженных Сил РФ	22.12.22		
17	Другие рода войск, их состав и предназначение.	1	Познакомить с назначением, задачами, структурой других родов войск, их состав и предназначение	29.12.22		
Правовые основы военной службы						
18	Воинская обязанность граждан. Постановка на первоначальный воинский учет.	1	Изучить сущность, особенности и обеспечение воинской обязанности. Знать правила постановки на первоначальный воинский учет. Понимать и знать конституционные права и обязанности каждого гражданина РФ	12.01.23		парад (демонстрация строевой подготовки), дискуссии и диспуты, классные часы, викторины, посещение краеведческого музея, встречи с ветеранами, чтение рассказов и стихов о войне, работа над творческими проектами, посвященными Великой Отечественной войны

19	Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации — закон воинской жизни.	1	Изучить структуру и содержание общевоинских уставов. Ознакомиться с историей создания уставов в России	19.01.23		военно-спортивные игры и соревнования (Зарница, соревнования по ГО), 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 (выступает как форма военно-патриотического воспитания)
20	Основные виды военно-профессиональной деятельности.	1	Показать значение подготовки граждан по военно-учетным специальностям. Представлять особенности военной службы	26.01.23		
21	Размещение и быт военнослужащих.	1	Изучить размещение военнослужащих, распределение времени и повседневный порядок. Представлять особенности военной службы	02.02.23		
22	Суточный наряд. Организация караульной службы.	1	Представлять обязанности караульной службы. Представлять особенности военной службы	09.02.23		
23	Строевая подготовка.	1	Знать значение строевой подготовки. Освоить главные приемы строевой подготовки. Представлять особенности военной службы	16.02.23		
24	Огневая подготовка	1	Знать назначение и боевые свойства автомата Калашникова. Овладеть навыками разборки и сборки автомата Калашникова. Знать правила безопасности во время занятий с оружием	02.03.23		
25	Основы тактической подготовки.	1	Знать значение тактической подготовки. Представлять особенности военной службы	09.03.23		
26	Учебные сборы — составная часть подготовки к военной службе	1	Знать значение учебных сборов. Знать технику безопасности при проведении учебных стрельб. Получить навыки в объеме одиночной подготовки солдата	16.03.23		
Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях						
Опасные и чрезвычайные ситуации и правила безопасного поведения						

27	Правила поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях социального характера.	1	Повторить правила поведения в криминальной ситуации. Актуализировать знания о правилах поведения при террористическом акте Уметь применять полученные знания и навыки на практике. Понимать необходимость обеспечения личной и общественной безопасности, понимать ценность жизни человека. Знать ответственность за противоправные поступки	30.03.23		поход, экспедиции, учебно-тренировочные сборы (учащиеся вырабатывают навыки разведения огня различными способами, изготовления временного убежища, добычи пищи, а также ориентирования на местности на практике) можно реализовать в форме ситуационно ролевой игры на практике, коллективно-136 46 Можно сказать, что в большей степени мы использовали метод убеждения, когда педагог благодаря своим знаниям и учебно материальной базой, воздействует на сознание обучающегося, помогает ему сформировать верное представление происходящего и разъясняет ему основные аспекты. Все это помогает обучающимся не только повысить уровень знаний, но и сформировать ценностные ориентиры. Также в практических занятиях творческое дело (учащиеся разрабатывают пособие по выживанию и поведению в условиях автономного существования)
28	Правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.	1	Актуализировать знания при угрозе и проявлении опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного характера. Уметь применять полученные знания и навыки на практике. Понимать необходимость обеспечения личной и общественной безопасности, понимать ценность жизни человека	06.04.23		
29	Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природе.	1	Повторить правила работы с картой, правила ориентирования на местности. Актуализировать знания о правилах поведения в опасной или ЧС	13.04.23		

ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Основы формирования здорового образа жизни

30	Индивидуальное здоровье человека и здоровье общества.	1	Изучить функции и показатели здоровья, структуру и составляющие индивидуального и общественного здоровья	20.04.23		Просмотр фильмов о вредных привычках, организация встреч с медиками и спортсменами, внеурочные методы воспитания: родительские собрания на тему ЗОЖ, спортивные игры. Не нужно забывать о здоровьесберегающей среде, как фактору, способствующему достижению личности полноценного формирования физического благополучия и установок на здоровый образ жизни
31	Здоровье человека и его физическое развитие.	1	Показать зависимость между физическим развитием человека и его комфортным состоянием	27.04.23		
32	Культура питания.	1	Изучить историю питания, болезни питания и понятие рационального питания. Получить знания и первичные навыки в составлении и соблюдении оптимального рациона с учетом нагрузок и климатических условий. Выработать мотивацию на здоровый образ жизни	04.05.23		

33	Режим труда и отдыха — составляющие здорового образа жизни. Итоговый тест	1	Актуализировать знания о составляющих здорового образа жизни. Выработать мотивацию на здоровый образ жизни	11.05.23		
34	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек. Промежуточная аттестация	1	Знать о вреде курения — токсичности дыма, алкоголя и наркотиков. Знать о последствиях табакокурения, неразумного приема алкогольных напитков. Знать пагубное влияние приема наркотиков. Знать правила оказания первой помощи при отравлении табаком, алкогольными напитками, наркотиками. Выработать мотивацию на здоровый образ жизни. Понимать ценность жизни человек	18.05.23		
35	Духовно-нравственное здоровье общества — фактор национальной безопасности России.	1	Актуализировать знания о путях развития мировой культуры и современных духовно-нравственных проблемах	25.05.23		

- организация проектной и учебно-исследовательской деятельности учеников (возможно приложение тематики проектов);

1. Техногенные катастрофы в начале XXI века. Причины и последствия.

1. Природные катастрофы в начале XXI века. Причины и последствия.

2. Разработайте комплекс мер по защите вашего населённого пункта от ЧС техногенного характера.

3. Разработайте комплекс мер по эвакуации вашего населённого пункта (района, дома и т.д.) на случай чрезвычайной ситуации природного или техногенного характера.

4. Чрезвычайные и опасные ситуации социального характера в современном мире. Государственные меры по их предотвращению и формирование навыков безопасного поведения.

5. Подготовка к военной службе. (Составьте индивидуальный план подготовки к военной службе.)

6. Кодекс чести старшеклассника вашей школы.

- система оценки достижения планируемых результатов (возможно приложение оценочных материалов).

Контрольная работа по ОБЖ

1. Установите соответствие между терминами и определениями

Определения	Термины
А) состояние защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз	1) жизненно важные интересы
Б) совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование(жизнедеятельность) и возможности прогрессивного развития личности, общества, государства	2) безопасность
В) состояние защищенности государства своих национальных интересов от внешних и внутренних угроз	3) культура безопасности жизнедеятельности
Г) совокупность образцов (моделей) мышления, поведения и деятельности личности безопасного типа вследствие соблюдения правил безопасности в разных сферах жизнедеятельности общества	4) национальная безопасность

А	Б	В	Г

2. Какое событие изображено на фотографии?



1. Террористическая атака 11 сентября 2001 г. в США
2. Пожар в небоскрёба Всемирного Торгового центра
3. Взрыв газового баллона в высоте
4. Кадр из фильма о нашествии инопланетян

Ответ : _____

3. Совершение взрыва, поджога или иных действий, устрашающих население и создающих опасность гибели человека, причинения значительного имущественного ущерба либо наступления иных тяжких последствий, в целях воздействия на принятие решения органами власти или международными организациями, а также угроза совершения указанных действий в тех же целях — это:

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| 1) чрезвычайная ситуация | 2) террористический акт |
| 3) диверсия | 4) преступная операция |

4. Как называется вид терроризма, заключающийся в применении или угрозе применения ядерного, химического или бактериологического оружия?

- | | |
|------------------------------|---------------------------|
| 1) политический терроризм | 3) генетический терроризм |
| 2) технологический терроризм | 4) криминальный терроризм |

5. Как действовать при захвате автобуса (троллейбуса, трамвая) террористами?

- 1) не привлекайте к себе их внимание. Осмотрите салон, отметьте места возможного укрытия в случае стрельбы. Успокойтесь, попытайтесь отвлечься от происходящего, читайте, разгадывайте кроссворды
- 2) если спецслужбы предпримут попытку штурма, постарайтесь как можно быстрее покинуть салон и бежать в сторону представителей специальных подразделений
- 3) после освобождения немедленно покиньте автобус (троллейбус, трамвай), т. к. не исключена возможность предварительного его минирования террористами и взрыва (возгорания)
- 4) снимите ювелирные украшения, не смотрите в глаза террористам, не передвигайтесь по салону и не открывайте сумки без их разрешения. Не реагируйте на их провокационное или вызывающее поведение. Женщинам в мини-юбках желательно прикрыть ноги.

- | | | |
|----------|----------|----------|
| 1) 1,2,3 | 2) 1,2,4 | 3) 1,3,4 |
|----------|----------|----------|

6. Выделите основные принципы защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций.

- 1) организация последовательного выполнения мероприятий по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;
- 2) максимальное использование аварийно-спасательных формирований МЧС России
- 3) нормированное применение сил и средств защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций;
- 4) заблаговременное проведение необходимых мероприятий по предупреждению чрезвычайных ситуаций;
- 5) максимально возможное использование имеющихся сил и средств, включая силы и средства гражданской обороны.

7. С какой целью создана РСЧС? Выберите правильный ответ:

- 1) прогнозирование чрезвычайных ситуаций на территории Российской Федерации и организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ
- 2) обеспечение первоочередного жизнеобеспечения населения, пострадавшего в чрезвычайных ситуациях на территории Российской Федерации
- 3) объединение усилий органов центральной власти, органов исполнительной власти, субъектов Российской Федерации, городов и районов, а также организаций, учреждений и предприятий, их сил и средств в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций
- 4) совершенствование подготовки руководящего состава и специалистов РСЧС по действиям в чрезвычайных ситуациях

8. Установите соответствие

Масштаб ЧС		Характеристика ЧС
I	Локальная	А) масштаб и последствия ЧС выходят за пределы государства
II	Местная	Б) масштаб и последствия ЧС охватывают территорию 2 – 3-х субъектов РФ
III	Региональная	В) масштаб и последствия ЧС выходят за пределы 4-х и более субъектов РФ
IV	Федеральная	Г) масштаб и последствия ЧС ограничиваются пределами населенного пункта
V	Глобальная	Д) распространение ЧС не выходит за пределы производственного помещения.

I	II	III	IV	V

9. В каких режимах могут функционировать органы управления и силы РСЧС?

- 1) в режиме постоянной готовности и повседневной деятельности
- 2) в режиме готовности к действиям при возникновении чрезвычайных ситуаций
- 3) в режимах готовности к оповещению населения и проведения аварийно-спасательных работ
- 4) в режимах повседневной деятельности, повышенной готовности и режиме чрезвычайной ситуации

10. Укажите закон, определяющий права и обязанности граждан России в области защиты от чрезвычайных ситуаций:

- 1) Федеральный закон Российской Федерации «О безопасности»
- 2) Федеральный закон Российской Федерации «Об обороне»
- 3) Федеральный закон Российской Федерации «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»
- 4) Федеральный закон Российской Федерации «О гражданской обороне»

11. Вставьте в текст «Биологическое оружие» пропущенные термины из предложенного списка, а затем запишите получившуюся последовательность цифр выбранных ответов в приведённую ниже таблицу.

Биологическое оружие

Биологическое оружие – это боеприпасы и _____ (А), снабженные _____ (Б) микроорганизмами или их токсинами, предназначенными для заражения _____ (В), объектов окружающей среды (воздуха, воды, _____ (Г)), растений, животных, запасов _____ (Д), фуража с целью нанесения ущерба в живой силе и экономического ущерба _____ (Е).

Перечень терминов:

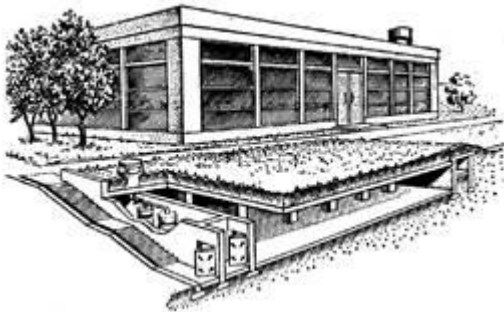
- 1) продовольствие;
- 2) опасный;
- 3) патогенный;
- 4) население;
- 5) флора;
- 6) энергия;
- 7) прибор;
- 8) почва;
- 9) противник;
- 10) фауна.

Ответ:

А	Б	В	Г	Д	Е

12. Назовите основные виды защитных сооружений гражданской обороны

13. На рисунке изображен эскиз защитного сооружения ГО. Назовите тип защитного сооружения.



Тип защитного сооружения:

14. Определите тип и марку изображенного на рисунке противогаза.



Тип противогаза:

Марка противогаза:

15. Вооруженные Силы Российской Федерации – это

- 1) вооруженная система государства, обеспечивающая защиту его интересов и находящаяся в постоянной боеготовности для отпора возможностей агрессии со стороны другого государства;
- 2) составная часть государства, защищающая его рубежи от нападения противника, владеющая современной военной техникой и вооружением;
- 3) вооруженная организация государства, одно из возможных орудий политической власти;
- 4) военная организация государства, созданная для обеспечения безопасности государства от внешних и внутренних военных угроз.

16. На схеме приведена организационная структура вооруженных сил РФ. Заполните недостающие ячейки

↓
.....– Верховный Главнокомандующий Вооруженными силами РФ

Министр обороны Российской Федерации

↓
.....Министерство обороны РФ

↓
.....Генеральный штаб Вооруженных сил РФ

17. Соотнесите задачи и действия Вооружённых Сил ..

Задачи Вооружённых Сил	Действия Вооружённых Сил
4. Борьба с пиратством, обеспечение безопасности судоходства	
8. Выполнение миротворческих миссий на зарубежных территориях	
7. Участие в ликвидации чрезвычайных ситуаций	
6. Ликвидация последствий аварии на Чернобыльской атомной электростанции	
5. Борьба с лесными пожарами в Забайкалье	
3. Участие наблюдателей в миссии Организации объединенных наций	
2. Борьба с терроризмом	
1. Борьба с пиратством, обеспечение безопасности судоходства	

18. Установите соответствие между событиями в истории воинской славы России и датами, когда эти события произошли.

Событие	Дата
А) взятие Измаила	1) 2 февраля 1943
Б) Полтавская битва	2) 10 июля 1709
В) Бородинское сражение	3) 5 декабря 1941
Г) Ледовое побоище	4) 24 декабря 1790
Д) снятие блокады Ленинграда	5) 27 января 1944
Е) разгром немецко – фашистских войск в Сталинградской битве	6) 8 сентября 1812
Ж) начало контрнаступления советских войск под Москвой	7) 18 апреля 1242

А	Б	В	Г	Д	Е	Ж

19. Разместите предложенные варианты ответов в тексте:

Здоровый образ _____ – это образ жизни, _____ человека, обеспечивающее ему физическое, душевное и социальное _____ в реальной окружающей среде (природной, техногенной и социальной) и активное _____ .

1. поведения	2. жизни	3. долголетие	4. благополучие
--------------	----------	---------------	-----------------

20. От индивидуального образа жизни, привычек и поведения человека, микросоциальной среды состояние индивидуального здоровья зависит на...

1) 10%

2) 20%

3) 50%

4) 70%

21. Укажите субъективные показатели самоконтроля состояния организма в индивидуальной системе здорового образа жизни.

1) самочувствие человека

2) частота сердечных сокращений

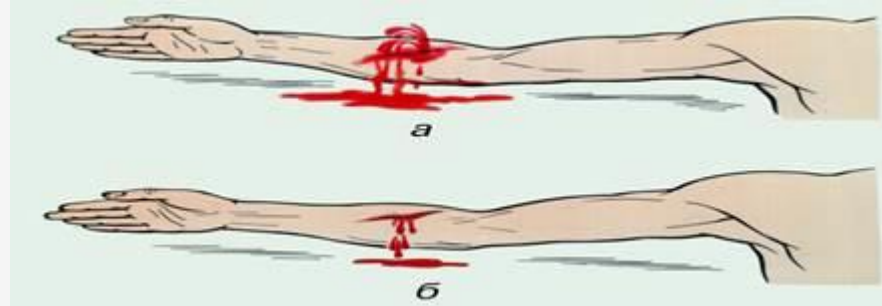
3) работоспособность

4) сон

5) артериальное давление

6) состояние кожного покрова

22. Ситуационная задача. Упавшее стекло нанесло резаную рану в область предплечья.



По рисунку А определить:

1) Какое кровотечение у пострадавшего?

2) По каким признакам вы определили вид кровотечения?

3) Какова последовательность оказания первой помощи?

4) Какие существуют способы временной остановки данного кровотечения?

5) Требуется ли доставка пострадавшего в лечебное учреждение?

23. Ситуационная задача. Вы обнаружили на улице человека без признаков жизни: сознание отсутствует, движений грудной клетки не видно, пульс не прощупывается.

Решите задачу, ответив на поставленные вопросы.



1. Как установить, жив этот человек или умер? _____

2. Что необходимо предпринять, если человек еще жив? _____

3. Какими способами можно провести искусственное дыхание? _____

4. Где должны лежать руки при проведении непрямого массажа сердца? _____

5. О чем свидетельствует неуспешные реанимационные мероприятия? _____