

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя образовательная школа №18 имени Р.С.Рамазанова»  
г. Махачкала**

«Рассмотрено»  
Руководитель МО  
МБОУ «СОШ№18»  
\_\_\_\_\_/Магомедова А.А..  
Протокол №  
«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_20 г.

«Согласовано»  
Заместитель  
руководителя по УВР  
МБОУ «СОШ№18»  
\_\_\_\_\_/Меджидова И.О.  
«\_\_\_\_»\_\_\_\_\_20 г.

«Утверждено»  
Руководитель  
МБОУ «СОШ№18»  
\_\_\_\_\_/Абдулкадыров С.А..  
Приказ №\_\_\_\_\_  
от «\_\_\_\_»\_\_\_\_\_20 г.

**Рабочая программа**  
по курсу «**Основы безопасности жизнедеятельности**»  
9 класс (1 час в неделю)

## Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе Примерной программы, подготовленной в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения» в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного Министерством образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года № 1897.

Рабочая программа рассчитана на 34 учебных часов (1 час в неделю), в том числе на проведение практических работ - 6 часов.

Учебно-методический комплект включает в себя:

1. Латчук В. Н. [и др.], Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: учебник. - М.: Дрофа.

Дополнительная литература:

1. Латчук В.Н., Марков В.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 9 класс: методическое пособие. - М.: Дрофа.

2. Латчук В.Н., Миронов С.К., Вангородский С.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 – 11 классы: программы. - М.: Дрофа.

3. Евлахов В.М. Основы безопасности жизнедеятельности. 5 – 11 классы: тематическое планирование. – М.: Дрофа.

4. Фролов М.П. Безопасное поведение на дорогах. 5 – 10 классы: программы дополнительного образования. – М.: Дрофа.

5. Евлахов, В. М. Раздаточные материалы по основам безопасности жизнедеятельности.: 5-9 классы. - М.: Дрофа.

6. Латчук В.Н., Миронов С.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека: учебно-методическое пособие. – М.: Дрофа.

7. Ключев А.В. Основы безопасности жизнедеятельности. Тесты, практические задания, олимпиады. 8 – 9 классы: учебное пособие. – Ростов н/Д: Легион.

8. Хренников Б.О., Дурнев Р.А., Маслов М.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 – 11 классы: сборник ситуативных задач. - М.: Просвещение.

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

В рабочей программе реализованы требования Конституции Российской Федерации и федеральных законов Российской Федерации «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности дорожного движения», «О радиационной безопасности населения», «О пожарной безопасности», «Об экологической безопасности», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», Стратегии национальной безопасности Российской Федерации.

В своей предметной ориентации предлагаемая программа направлена на достижение следующих целей:

- усвоение учащимися правил безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание ими важности укрепления, сохранения и защиты своего здоровья как личной и общественной ценности;
- уяснение и принятие учащимися достижений гражданского общества: права человека, правовое государство, семейные ценности, справедливость и ответственность органов власти;
- антиэкстремистское и антитеррористическое мышление и поведение учащихся, их нетерпимость к действиям и намерениям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков, табакокурению и употреблению алкогольных напитков;
- готовность и стремление учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Программа учебного курса по ОБЖ способствует формированию универсальных учебных действий ученика:

### **Личностные результаты:**

- 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, потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

#### **Метапредметные результаты:**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
- умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;
- овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;
- умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;
- умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;
- освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- умение разработать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
- умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;
- 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.

#### **Предметные результаты:**

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;
- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, их последствий для личности, общества и государства;
- знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Организация и проведение занятий по предлагаемой программе позволяют эффективно использовать образовательный и воспитательный потенциал гимназии, создать благоприятные условия для личностного и познавательного развития учащихся, обеспечивают формирование важнейших компетенций гимназистов.

Структурно в 9 классе курс представлен тремя разделами: Основы безопасности личности, общества и государства; Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи; Основы здорового образа жизни.

Формами промежуточной аттестации являются тесты, устные опросы, самостоятельные, контрольные и практические работы.

Диагностика усвоения курса:

ВИД ДИАГНОСТИКИ	КОЛИЧЕСТВО ПРИМЕНЕНИЙ
Тест	21
Самостоятельная работа	7
Практические работы	6
Контрольные работы	4

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (II)

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля. Измерители	Эл-ты дополнительного содержания	Домашнее задание
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства (14 ч)</b>								
<b>Современный комплекс проблем безопасности (5 ч)</b>								
1	Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства.	1	Урок изучения и первичного закрепления новых знаний	Конституция Российской Федерации как гарант безопасности и защиты человека. Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «О противодействии терроризму», «О наркотических средствах и психотропных веществах», назначение и краткая характеристика. Наиболее важные подзаконные акты Российской Федерации в области обеспечения безопасности личности, общества и государства.	<b>Знать:</b> положения Конституции РФ, федеральные законы и подзаконные акты в области обеспечения безопасности личности, общества и государства. <b>Использовать:</b> полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос.	Цели и задачи курса ОБЖ в текущем году. Презентация. Видео	Конспект
2	Угрозы национальной безопасности Российской Федерации.	1	Комбинированный	Понятие о национальной безопасности Российской Федерации. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г. Основные направления обеспечения национальной безопасности Российской Федерации. Угрозы в сфере военной безопасности, в сфере государственной и общественной безопасности, защита от этих угроз.	<b>Иметь представление:</b> представление об угрозах национальной безопасности РФ, основных направлениях и стратегии ее обеспечения.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Конспект
3	Международный терроризм как угроза национальной безопасности.	1	Комбинированный	Понятие о терроризме. Современный международный терроризм и его характеристика. Классификация современного терроризма. Направления международной и государственной	<b>Знать:</b> типы терроризма и их характеристика. <b>Иметь представление:</b> об основных направлениях международного сотрудничества в	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Конспект

				деятельности по противодействию терроризму. Федеральный закон «О противодействии терроризму».	сфере антитеррористической деятельности.			
4	Наркотизм и национальная безопасность.	1	Комбинированный	Понятия о наркотизме, наркомании и токсикомании, их характеристика. Социальная опасность наркотизма. Основы государственной политики в отношении оборота наркотических средств и психотропных веществ. Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах».	<b>Знать:</b> основы государственной политики в отношении оборота наркотических средств и психотропных веществ.. <b>Использовать:</b> полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Решение ситуационных задач.	Презентация. Видео	Конспект
5	Гражданская оборона как составная часть системы национальной безопасности.	1	Комбинированный	Понятие о гражданской обороне. Основные задачи гражданской обороны. Силы и средства гражданской обороны. Управление, организация и ведение гражданской обороны в Российской Федерации. Федеральный закон «О гражданской обороне».	<b>Знать:</b> основные задачи гражданской обороны. <b>Иметь представление:</b> об основных задачах, силах и средствах гражданской обороны..	Решение ситуационных задач.	Презентация. Видео	Конспект
<b>Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) (3 ч)</b>								
6	Цели, задачи и структура РСЧС.	1	Комбинированный	История создания единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Функции, задачи и структура РСЧС. Функциональные подсистемы РСЧС и их функции. Территориальные подсистемы РСЧС и их функции. Координационные органы РСЧС и их задачи. Постоянно действующие органы управления РСЧС и их функции. Органы повседневного управления РСЧС.	<b>Знать:</b> предназначение, структуру и задачи РСЧС <b>Использовать:</b> полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 1, §1.1, 1.2
7	Режимы функционирования РСЧС.	1	Комбинированный	Режимы функционирования РСЧС. Основные мероприятия, проводимые органами управления и силами РСЧС: в режиме повседневной деятельности, режиме повышенной готовности, режиме чрезвычайной ситуации.	<b>Знать:</b> режимы функционирования РСЧС <b>Использовать:</b> полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.	Индивидуальный опрос. Тест № 1	Презентация. Видео	Глава 1, §1.3
8	Силы и средства РСЧС.	1	Комбинированный	Силы и средства РСЧС. Силы и средства наблюдения и контроля. Силы ликвидации	<b>Знать:</b> силы и средства РСЧС <b>Использовать:</b> полученные знания	Практическая	Презентация.	Глава 1, §1.4

			ый	чрезвычайных ситуаций.	для обеспечения личной безопасности.	работа. Действия по сигналам оповещения.	Видео	
<b>Международное гуманитарное право (3 ч)</b>								
9	Международное гуманитарное право. Сфера применения и ответственность за нарушение норм.	1	Комбинированный	Понятие о международном гуманитарном праве. Области международного гуманитарного права. Лица, находящиеся под защитой международного гуманитарного права. Основные документы международного гуманитарного права.	<b>Иметь представление:</b> о международной системе гуманитарного реагирования. <b>Уметь:</b> осуществлять поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа.	Индивидуальный опрос. Тест № 2-3	Презентация.	Глава 2, § 2.1, 2.6
10	Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала.	1	Комбинированный	Основные требования международного гуманитарного права по защите раненых и больных из состава действующей армии. Основные требования международного гуманитарного права по защите раненых, больных и потерпевших кораблекрушение из состава вооруженных сил на море. Правовая защита медицинского и духовного персонала, выполняющего свои функции во время военных действий. Международное движение Красного Креста и Красного Полумесяца, его организации и эмблемы.	<b>Иметь представление:</b> о целях, задачах и принципах гуманитарной деятельности. <b>Уметь:</b> отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды. <b>Использовать:</b> полученные знания для воспитания потребности оказывать помощь пострадавшим в различных опасных ситуациях.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 2, § 2.2, 2.3
11	Защита военнопленных и гражданского населения.	1	Комбинированный	Понятие о комбатантах в международном. Категории лиц, относящиеся к комбатантам. Основные требования международного гуманитарного права по защите военнопленных. Основные требования международного гуманитарного права по защите лиц из числа гражданского населения, находящегося во власти противника. Особая защита международным гуманитарным правом женщин и детей.	<b>Знать:</b> основные требования по защите военнопленных и гражданского персонала. <b>Использовать:</b> полученные знания для воспитания потребности оказывать помощь пострадавшим в различных опасных ситуациях.	Индивидуальный опрос. Тест № 4-5	Презентация. Видео	Глава 2, § 2.4, 2.5
<b>Безопасное поведение в криминогенных ситуациях (3 ч)</b>								
12	Защита от мошенников.	1	Комбинированный	Понятие о мошенничестве. Основные черты мошенника. Виды мошенничества:	<b>Знать:</b> об уголовной ответственности	Решение ситуаций	Презентация.	Глава 3, § 3.1

			ый	хищение путем обмана, хищение путем злоупотребления доверием. Уголовная ответственность за мошенничество. Основные приемы мошенничества. Правила защиты от мошенников.	несовершеннолетних и видах наказаний. <b>Использовать:</b> полученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для безопасного поведения.	ных задач.		
13	Безопасное поведение девушек.	1	Комбинированный	Понятие о преступлениях на сексуальной почве. Уголовная ответственность за насильственные действия сексуального характера. Лица, представляющие угрозу насильственных действий и их психологический портрет. Правила безопасного поведения и психологической защиты по предотвращению насильственных действий сексуального характера.	<b>Знать:</b> правила поведения в криминогенных ситуациях. <b>Использовать:</b> полученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для безопасного поведения.	Решение ситуационных задач. Тест № 6-7	Презентация. Видео	Глава 3, § 3.2
14	Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтных ситуаций.	1	Комбинированный	Психология преступника в выборе «жертвы». Признаки потенциальной «жертвы» и признаки неуязвимости уверенного в себе человека. Развитие качеств личности уверенного человека. Правила поведения, уменьшающие риск встречи с насильниками и хулиганами. Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов.	<b>Знать:</b> правила поведения в криминогенных ситуациях. <b>Использовать:</b> полученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для безопасного поведения.	Решение ситуационных задач. Тест № 8, 8а	Презентация. Видео	Глава 3, § 3.3
<b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (7 ч)</b>								
<b>Профилактика травм в старшем школьном возрасте (3 ч)</b>								
15	Причины травматизма и пути их предотвращения.	1	Комбинированный	Причины травматизма в старшем школьном возрасте. Наиболее характерные причины травм и повреждений у подростков и рекомендации по их предотвращению.	<b>Знать:</b> причины травматизма школьников. <b>Владеть навыками:</b> безопасного поведения по его предотвращению.	Индивидуальный опрос. Тест № 9	Презентация. Видео	Глава 1, § 1.1
16	Безопасное поведение дома и на улице.	1	Комбинированный	Понятие о бытовом травматизме. Рекомендации по предотвращению травм в домашних условиях. Предотвращение травм при пожаре в доме (квартире). Предотвращение травм при обращении с электрическими приборами и электрооборудованием. Предотвращение травм на улице и на водоемах.	<b>Знать:</b> правила безопасного поведения дома и на улице. <b>Уметь:</b> соблюдать правила безопасного поведения, помогающие предотвратить травматизм дома и на улице. <b>Использовать:</b> полученные знания для воспитания ценностного	Практическая работа. Правила пользования огнетушителем.	Презентация. Видео	Глава 1, § 1.2, 1.5



				Предотвращение травм в дорожно-транспортных происшествиях. Предотвращение травм в доме (на кухне, в ванной комнате, при проведении ремонта).	отношения к своему здоровью и жизни.	Тест № 25-26		
17	Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом.	1	Комбинированный	Понятие о школьном травматизме. Предотвращение травм на уроках физики при работе электроприборами и электрооборудованием. Предотвращение травм на уроках химии. Предотвращение травм на уроках физкультуры и при занятиях спортом. Предотвращение травм на переменах.	<b>Знать:</b> правила безопасного поведения на уроках в школе. <b>Уметь:</b> соблюдать правила безопасного поведения, помогающие предотвратить травмы. <b>Использовать:</b> полученные знания для воспитания ценностного отношения к своему здоровью и жизни.	Практическая работа. Оказание ПП при растяжении. Тест № 27, 27а	Презентация. Видео	Глава 1, § 1.3, 1.4
<b>Основы медицинских знаний (4 ч)</b>								
18	Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика.	1	Комбинированный	Понятие об асептике. Виды ранений, при которых необходимо выполнение мероприятий по предотвращению инфицирования и ускорению заживления. Значение асептической повязки. Система асептических мероприятий. Понятие об антисептике. Виды антисептики. Химические и биологические средства антисептики, их характеристика и применение.	<b>Знать:</b> виды ранений. <b>Иметь представление:</b> об асептике и антисептике.	Индивидуальный опрос. Тест № 29	Презентация. Видео	Глава 2, § 2.1
19	Травмы головы, позвоночника и спины.	1	Комбинированный	Причины и признаки травм головы и позвоночника. Оказание первой помощи при травмах головы и позвоночника. Сотрясение головного мозга, признаки и симптомы. Основные правила оказания первой помощи при сотрясении головного мозга. Боли в спине. Признаки и симптомы повреждения спины. Предотвращение появления болей в спине. Первая помощь при болях в спине.	<b>Знать:</b> причины и признаки травм головы и позвоночника. <b>Уметь:</b> определять признаки и оказывать первую помощь при травмах головы и позвоночника	Решение ситуационных задач. Тест № 30, 30а	Презентация. Видео	Глава 2, § 2.2
20	Экстренная реанимационная помощь.	1	Комбинированный	Понятие о клинической смерти. Признаки клинической смерти. Основные правила определения признаков клинической	<b>Знать:</b> признаки клинической смерти. <b>Иметь представление:</b> о	Практическая работа.	Презентация. Видео	Глава 3, § 3.1-3.5

				смерти. Последовательность проведения реанимационных мероприятий. Подготовка пострадавшего к реанимации. Понятие о прекардиальном ударе. Техника и последовательность действий при нанесении прекардиального удара. Понятие о непрямом массаже сердца. Техника и последовательность действий при проведении непрямого массажа сердца. Понятие об искусственной вентиляции легких. Техника и последовательность действий при проведении искусственной вентиляции легких. Отработка метода искусственного дыхания «рот-в-рот».	последовательности проведения реанимационных мероприятий. <b>Практически освоить:</b> технику и последовательность выполнения реанимационных мероприятий.	Оказание ЭРП. Тест № 31		
21	Основные неинфекционные заболевания.	1	Комбинированный	Общие сведения о неинфекционных заболеваниях. Характеристика наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваний и факторы, влияющие на их возникновение. Основные причины роста неинфекционных заболеваний.	<b>Получить представление:</b> о наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваниях.	Индивидуальный опрос. Тест № 32-35	Презентация.	Конспект
<b>Раздел 3. Основы здорового образа жизни (14 ч)</b>								
<b>Здоровье и здоровый образ жизни (3 ч)</b>								
22	Здоровье человека.	1	Комбинированный	Понятие о здоровье. Составляющие здоровья. Духовное и физическое здоровье, их характеристика. Взаимосвязь духовного здоровья с социальным. Критерии оценки здоровья детей и подростков. Характеристика групп здоровья детей и подростков. Общественное и индивидуальное здоровье. Факторы, влияющие на здоровье человека.	<b>Получить представление:</b> о составляющих здоровья человека, критериях его оценки, группах здоровья детей и подростков. <b>Использовать:</b> приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 1, § 1.1
23	Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления.	1	Комбинированный	Влияние здорового образа жизни на формирование личности. Элементы здорового образа жизни и их характеристика. Факторы риска. Теории оздоровления человеческого организма. Оздоровительные системы и их составляющие. Индивидуальный подход к	<b>Знать:</b> основное определение понятия «здоровый образ жизни»; факторы, влияющие на здоровье. <b>Использовать:</b> приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.	Практическая работа. Оценка ССС по индексу Руфье.		Глава 1, § 1.2, 1.3

				выбору оздоровительной системы.				
24	Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье.	1	Комбинированный	Внешняя среда и ее воздействие на человека. Физические, химические, биологические и социальные факторы риска внешней среды и их характеристика. Факторы риска психического характера. Внутренняя среда организма. Способность организма поддерживать в заданных пределах состояние внутренней среды.	<b>Получить представление:</b> о влиянии факторов риска, риска внешней среды на внутреннюю среду организма человека. <b>Использовать:</b> приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 1, § 1.4
<b>Личная гигиена (3 ч)</b>								
25	Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды.	1	Комбинированный	Общие сведения о гигиене. Задачи гигиены. Понятие о личной гигиене и ее составляющие. Общие сведения о коже человека и ее функциях. Гигиена кожи. Главная функция одежды человека. Гигиенические требования к одежде, обуви и головным уборам.	<b>Знать:</b> правила личной гигиены, ухода за кожей и одеждой. <b>Получить представление:</b> о гигиене и ее составляющих, гигиенических требованиях к одежде, обуви и головным уборам.	Индивидуальный опрос. Тест № 15-16	Презентация.	Глава 2, § 2.1, 2.4
26	Гигиена питания и воды.	1	Комбинированный	Зависимость жизнедеятельности организма человека от питания и воды. Общие сведения о продуктах животного и растительного происхождения. Гигиенические требования к питанию. Совместимость пищевых продуктов. Соотношение продуктов животного и растительного происхождения в рационе питания человека. Рекомендуемое количество белков, жиров и углеводов для детей и подростков. Режим питания. Распределения рациона питания в течение дня. Общие сведения о воде. Гигиенические требования к воде.	<b>Знать:</b> общие сведения о продуктах животного и растительного происхождения и питьевой воде. <b>Научиться:</b> соблюдать режим питания, правильно распределять рацион питания в течение дня. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для обеспечения личной безопасности и здоровья.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 2, § 2.2, 2.3
27	Гигиена жилища и индивидуального строительства.	1	Комбинированный	Зависимость состояния здоровья человека от условий жизни. Гигиенические требования, предъявляемые к современному жилищу. Гигиенические требования к микроклимату жилого помещения: комнатной температуре, относительной влажности воздуха,	<b>Получить представление:</b> о гигиенических требованиях к современному жилищу и индивидуальному строительству загородных домов. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для обеспечения личной	Индивидуальный опрос. Тест № 17-18	Презентация.	Глава 2, § 2.5, 2.6

				<p>скорости движения комнатного воздуха, естественному и искусственному освещению. Гигиенические требования, предъявляемые к индивидуальному строительству загородных домов. Гигиенические требования при планировке территории. Гигиенические требования к водоснабжению и канализации. Гигиенические требования к сбору, обезвреживанию и удалению отходов).</p>	<p>безопасности и здоровья.</p>				
<b>Физиологические и психологические особенности организма подростка (4 ч)</b>									
28	Физиологическое и психологическое развитие подростков.	1	Комбинированный	<p>Особенности физического развития в подростковом и юношеском возрасте. Внешние изменения организма. Развитие нервной системы и двигательных функций. Активизация работы желез внутренней секреции. Развитие сердечно-сосудистой системы и системы кровообращения. Неустойчивость организма к температурным воздействиям. Особенности психологического развития в подростковом и юношеском возрасте: повышенная эмоциональность и неустойчивость нервной системы. Рекомендации по предупреждению повышенной нервной возбудимости.</p>	<p><b>Знать:</b> о физическом и психологическом развитии в подростковом и юношеском возрасте. <b>Уметь:</b> учитывать эти особенности при общении с окружающими.</p>	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 3, § 3.1	
29	Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции.	1	Комбинированный	<p>Понятие о состоянии влюбленности. Психологические особенности взаимоотношений подростков (юношей и девушек) в этом состоянии. Первые чувства и проявления любви. Вопросы нравственности во взаимоотношениях полов.</p>	<p><b>Получить представление:</b> об особенностях отношений юношей и девушек.</p>	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 4	
30	Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных ситуациях.	1	Комбинированный	<p>Понятие о конфликте. Виды конфликтов и методы преодоления разногласий. Правила поведения в конфликтной ситуации. Управление чувствами и эмоциями в</p>	<p><b>Знать:</b> виды конфликтов. <b>Уметь:</b> правильно вести себя в конфликтных ситуациях.</p>	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 3, § 3.2, 3.3	

				конфликтной ситуации. Приемы управления чувствами и эмоциями. Общение с возбужденным собеседником. Приемы снятия эмоционального возбуждения.				
31	Суицидальное поведение в подростковом возрасте.	1	Комбинированный	Общие сведения о суицидах. Опасные ситуации, связанные с суицидами (самоубийствами). Причины и факторы, повышающие вероятность суицидов. Зависимость числа суицидов от возраста и пола. Суициды среди подростков, молодежи и студентов. Понятие об угнетенном психическом состоянии и депрессии, пути их преодоления. Профилактика суицидов.	<b>Получить представление:</b> о причинах и профилактике суицидов. <b>Уметь:</b> преодолевать угнетенное психическое состояние и депрессию.	Индивидуальный опрос. Тест № 22-23	Презентация.	Глава 3, § 3.4
<b>Факторы, разрушающие здоровье человека (4 ч)</b>								
32	Употребление табака.	1	Комбинированный	Понятие о табакокурении. Состав табачного дыма. Никотин и признаки его отравления. Опасное воздействие угарного газа и радиоактивных веществ, содержащихся в табаке. Стадии никотиновой зависимости и их характеристика. Негативное воздействие табачного дыма на организм человека. Профилактика и отказ от табакокурения.	<b>Сформировать:</b> у себя негативное отношение к табакокурению. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для обеспечения личной безопасности и здоровья.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 5, § 5.1
33	Употребление алкоголя.	1	Комбинированный	Алкоголь и его влияние на здоровье. Разрушающее воздействие алкоголя на все системы и органы человека. Последствия воздействия алкоголя на головной мозг, пищеварительную функцию, печень, железы внутренней секреции, поджелудочную железу, половую функцию и т. д. Развитие алкоголизма. Понятие о пьянстве и алкоголизме. Похмельный синдром и его признаки. Первая помощь при алкогольном отравлении. Профилактика разрушающего влияния алкоголя на здоровье.	<b>Сформировать:</b> у себя негативное отношение к употреблению алкоголя. <b>Уметь:</b> оказывать первую помощь при отравлении алкоголем.	Индивидуальный опрос. Тест № 19	Презентация. Видео	Глава 5, § 5.2

34	Наркомания и токсикомания.	1	Комбинированный	<p>Понятие о наркомании и токсикомании. Действие наркотических веществ на организм человека. Признаки наркомании и токсикомании. Развитие психической зависимости от наркотика. Развитие физической зависимости от наркотика. Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами. Первая помощь при наркотическом отравлении. Первая помощь при отравлении лекарственными препаратами.</p>	<p><b>Сформировать:</b> у себя негативное отношение к употреблению психоактивных веществ.</p> <p><b>Уметь:</b> оказывать первую помощь при отравлении наркотиками и лекарственными препаратами.</p>	Индивидуальный опрос. Тест № 20	Презентация.	Глава 5, § 5.3
35	Заболевания, передающиеся половым путем.	1	Комбинированный	<p>Понятие о заболеваниях, передаваемых половым путем, и их опасность для здоровья человека. Характеристика наиболее распространенных заболеваний, передаваемых половым путем, и их профилактика. Понятие о синдроме приобретенного иммунодефицита (СПИД) и ВИЧ-инфекции, их профилактика.</p>	<p><b>Получить представление:</b> о заболеваниях, передающихся половым путем, и путях их профилактики.</p> <p><b>Использовать:</b> приобретенные знания для обеспечения личной безопасности и здоровья.</p>	Индивидуальный опрос. Тест № 21	Презентация.	Конспект

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля. Измерители	Эл-ты дополнительного содержания	Домашнее задание
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства (11 ч)</b>								
<b>Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) (3 ч)</b>								
1	Цели, задачи и структура РСЧС.	1	Урок изучения и первичного закрепления новых знаний	История создания единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Функции, задачи и структура РСЧС. Функциональные подсистемы РСЧС и их функции. Территориальные подсистемы РСЧС и их функции. Координационные органы РСЧС и их задачи. Постоянно действующие органы управления РСЧС и их функции. Органы повседневного управления РСЧС.	<b>Знать:</b> предназначение, структуру и задачи РСЧС <b>Использовать:</b> полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.	Индивидуальный опрос.	Цели и задачи курса ОБЖ в текущем году. Презентация. Видео	Глава 1, § 1.1, 1.2
2	Режимы функционирования РСЧС.	1	Комбинированный	Режимы функционирования РСЧС. Основные мероприятия, проводимые органами управления и силами РСЧС: в режиме повседневной деятельности, режиме повышенной готовности, режиме чрезвычайной ситуации.	<b>Знать:</b> режимы функционирования РСЧС <b>Использовать:</b> полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.	Индивидуальный опрос. Тест № 1	Презентация. Видео	Глава 1, § 1.3
3	Силы и средства РСЧС.	1	Комбинированный	Силы и средства РСЧС. Силы и средства наблюдения и контроля. Силы ликвидации чрезвычайных ситуаций.	<b>Знать:</b> силы и средства РСЧС <b>Использовать:</b> полученные знания для обеспечения личной безопасности.	Практическая работа. Действия по сигналам оповещения. (15 мин)	Презентация. Видео	Глава 1, § 1.4
<b>Международное гуманитарное право (3 ч)</b>								
4	Международное гуманитарное право. Сфера применения и ответственность за	1	Комбинированный	Понятие о международном гуманитарном праве. Области международного гуманитарного права. Лица, находящиеся под защитой международного	<b>Иметь представление:</b> о международной системе гуманитарного реагирования. <b>Уметь:</b> осуществлять поиск	Индивидуальный опрос. Тест № 2-	Презентация.	Глава 2, § 2.1, 2.6

	нарушение норм.			гуманитарного права. Основные документы международного гуманитарного права.	нужной информации по заданной теме в источниках различного типа.	3			
5	Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала.	1	Комбинированный	Основные требования международного гуманитарного права по защите раненых и больных из состава действующей армии. Основные требования международного гуманитарного права по защите раненых, больных и потерпевших кораблекрушение из состава вооруженных сил на море. Правовая защита медицинского и духовного персонала, выполняющего свои функции во время военных действий. Международное движение Красного Креста и Красного Полумесяца, его организации и эмблемы.	<b>Иметь представление:</b> о целях, задачах и принципах гуманитарной деятельности. <b>Уметь:</b> отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды. <b>Использовать:</b> полученные знания для воспитания потребности оказывать помощь пострадавшим в различных опасных ситуациях.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 2, § 2.2, 2.3	
6	Защита военнопленных и гражданского населения.	1	Комбинированный	Понятие о комбатантах в международном. Категории лиц, относящиеся к комбатантам. Основные требования международного гуманитарного права по защите военнопленных. Основные требования международного гуманитарного права по защите лиц из числа гражданского населения, находящегося во власти противника. Особая защита международным гуманитарным правом женщин и детей.	<b>Знать:</b> основные требования по защите военнопленных и гражданского персонала. <b>Использовать:</b> полученные знания для воспитания потребности оказывать помощь пострадавшим в различных опасных ситуациях.	Индивидуальный опрос. Тест № 4-5	Презентация. Видео	Глава 2, § 2.4, 2.5	
<b>Безопасное поведение в криминогенных ситуациях (3 ч)</b>									
7	Защита от мошенников.	1	Комбинированный	Понятие о мошенничестве. Основные черты мошенника. Виды мошенничества: хищение путем обмана, хищение путем злоупотребления доверием. Уголовная ответственность за мошенничество. Основные приемы мошенничества. Правила защиты от мошенников.	<b>Знать:</b> об уголовной ответственности несовершеннолетних и видах наказаний. <b>Использовать:</b> полученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для безопасного поведения.	Решение ситуационных задач.	Презентация.	Глава 3, § 3.1	
8	Безопасное поведение девушек.	1	Комбинированный	Понятие о преступлениях на сексуальной почве. Уголовная ответственность за насильственные действия сексуального характера. Лица, представляющие угрозу насильственным действиям и их психологический портрет. Правила	<b>Знать:</b> правила поведения в криминогенных ситуациях. <b>Использовать:</b> полученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для	Решение ситуационных задач. Тест № 6-7	Презентация. Видео	Глава 3, § 3.2,	



				безопасного поведения и психологической защиты по предотвращению насильственных действий сексуального характера.	безопасного поведения.			
9	Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтных ситуаций.	1	Комбинированный	Психология преступника в выборе «жертвы». Признаки потенциальной «жертвы» и признаки неуязвимости уверенного в себе человека. Развитие качеств личности уверенного человека. Правила поведения, уменьшающие риск встречи с насильниками и хулиганами. Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов.	<b>Знать:</b> правила поведения в криминогенных ситуациях. <b>Использовать:</b> полученные знания в повседневной жизни для развития черт личности, необходимых для безопасного поведения.	Решение ситуационных задач. Тест № 8, 8а	Презентация. Видео	Глава 3, § 3.3
<b>Современный комплекс проблем безопасности (2 ч)</b>								
10	Международный терроризм как угроза национальной безопасности.	1	Комбинированный	Понятие о терроризме. Цели террористических организаций. Типы терроризма и их характеристика. Основные направления международного сотрудничества в сфере антитеррористической деятельности. Правовая основа антитеррористической деятельности в России.	<b>Знать:</b> типы терроризма и их характеристике <b>Иметь представление:</b> об основных направлениях международного сотрудничества в сфере антитеррористической деятельности.	Индивидуальный опрос. Тест № 9	Презентация. Видео	Конспект
11	Поведение при похищении или захвате в заложники.	1	Комбинированный	Поведение человека, которое может помочь избежать нападения злоумышленника. Психологические портреты террориста и его жертвы. Психология жертв террора. Правила поведения для заложников. Рекомендации гражданам по действиям в экстремальных и чрезвычайных ситуациях	<b>Знать:</b> правила поведения при похищении и захвате в заложники. <b>Использовать:</b> полученные знания в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Решение ситуационных задач.	Презентация. Видео	Конспект
<b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (9 ч)</b>								
<b>Профилактика травм в старшем школьном возрасте (3 ч)</b>								
12	Причины травматизма и пути их предотвращения.	1	Комбинированный	Причины травматизма в старшем школьном возрасте. Наиболее характерные причины травм и повреждений у подростков и рекомендации по их предотвращению.	<b>Знать:</b> причины травматизма школьников. <b>Владеть навыками:</b> безопасного поведения по его предотвращению.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 1, § 1.1
13	Безопасное поведение дома и на улице.	1	Комбинированный	Понятие о бытовом травматизме. Рекомендации по предотвращению травм в домашних условиях. Предотвращение	<b>Знать:</b> правила безопасного поведения дома и на улице. <b>Уметь:</b> соблюдать правила	Практическая работа.	Презентация. Видео	Глава 1, § 1.2, 1.5

				травм при пожаре в доме (квартире). Предотвращение травм при обращении с электрическими приборами и электрооборудованием. Предотвращение травм на улице и на водоемах. Предотвращение травм в дорожно-транспортных происшествиях. Предотвращение травм в доме (на кухне, в ванной комнате, при проведении ремонта).	безопасного поведения, помогающие предотвратить травматизм дома и на улице. <b>Использовать:</b> полученные знания для воспитания ценностного отношения к своему здоровью и жизни.	Правила пользования огнетушителем. Тест № 25-26		
14	Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом.	1	Комбинированный	Понятие о школьном травматизме. Предотвращение травм на уроках физики при работе электроприборами и электрооборудованием. Предотвращение травм на уроках химии. Предотвращение травм на уроках физкультуры и при занятиях спортом. Предотвращение травм на переменах.	<b>Знать:</b> правила безопасного поведения на уроках в школе. <b>Уметь:</b> соблюдать правила безопасного поведения, помогающие предотвратить травмы. <b>Использовать:</b> полученные знания для воспитания ценностного отношения к своему здоровью и жизни.	Практическая работа. Оказание ПП при растяжении. Тест № 27, 27а	Презентация. Видео	Глава 1, § 1.3, 1.4
<b>Основы медицинских знаний (6 ч)</b>								
15	Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика.	1	Комбинированный	Понятие об асептике. Виды ранений, при которых необходимо выполнение мероприятий по предотвращению инфицирования и ускорению заживления. Значение асептической повязки. Система асептических мероприятий. Понятие об антисептике. Виды антисептики. Химические и биологические средства антисептики, их характеристика и применение.	<b>Знать:</b> виды ранений. <b>Иметь представление:</b> об асептике и антисептике.	Индивидуальный опрос. Тест № 29	Презентация. Видео	Глава 2, § 2.1
16	Травмы головы, позвоночника и спины.	1	Комбинированный	Причины и признаки травм головы и позвоночника. Оказание первой помощи при травмах головы и позвоночника. Сотрясение головного мозга, признаки и симптомы. Основные правила оказания первой помощи при сотрясении головного мозга. Боли в спине. Признаки и симптомы повреждения спины. Предотвращение появления болей в спине. Первая помощь	<b>Знать:</b> причины и признаки травм головы и позвоночника. <b>Уметь:</b> определять признаки и оказывать первую помощь при травмах головы и позвоночника	Решение ситуационных задач. Тест № 30, 30а	Презентация. Видео	Глава 2, § 2.2

				при болях в спине.				
17	Экстренная реанимационная помощь.	1	Комбинированный	Понятие о клинической смерти. Признаки клинической смерти. Основные правила определения признаков клинической смерти. Последовательность проведения реанимационных мероприятий. Подготовка пострадавшего к реанимации.	<b>Знать:</b> признаки клинической смерти. <b>Иметь представление:</b> о последовательности проведения реанимационных мероприятий.	Индивидуальный опрос. Тест № 31	Презентация. Видео	Глава 3, § 3.1
18	Действия при проведении непрямого массажа сердца.	1	Комбинированный	Понятие о прекардиальном ударе. Техника и последовательность действий при нанесении прекардиального удара. Понятие о непрямом массаже сердца. Техника и последовательность действий при проведении непрямого массажа сердца.	<b>Практически освоить:</b> технику и последовательность выполнения реанимационных мероприятий.	Практическая работа. Оказание ЭРП. (15 мин)	Презентация. Видео	Глава 3, § 3.2, 3.3
19	Действия при проведении искусственной вентиляции легких.	1	Комбинированный	Понятие об искусственной вентиляции легких. Техника и последовательность действий при проведении искусственной вентиляции легких. Отработка метода искусственного дыхания «рот-в-рот».	<b>Практически освоить:</b> технику и последовательность выполнения реанимационных мероприятий.	Практическая работа. Оказание ЭРП. (15 мин)	Презентация. Видео	Глава 3, § 3.4-3.5
20	Основные неинфекционные заболевания.	1	Комбинированный	Общие сведения о неинфекционных заболеваниях. Характеристика наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваний и факторы, влияющие на их возникновение. Основные причины роста неинфекционных заболеваний.	<b>Получить представление:</b> о наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваниях.	Индивидуальный опрос. Тест № 32-35	Презентация. я.	Конспект

### Раздел 3. Основы здорового образа жизни (14 ч)

#### Здоровье и здоровый образ жизни (3 ч)

21	Здоровье человека.	1	Комбинированный	Понятие о здоровье. Составляющие здоровья. Духовное и физическое здоровье, их характеристика. Взаимосвязь духовного здоровья с социальным. Критерии оценки здоровья детей и подростков. Характеристика групп здоровья детей и подростков. Общественное и индивидуальное здоровье. Факторы, влияющие на здоровье человека.	<b>Получить представление:</b> о составляющих здоровья человека, критериях его оценки, группах здоровья детей и подростков. <b>Использовать:</b> приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.	Индивидуальный опрос.	Презентация. я.	Глава 1, § 1.1
22	Здоровый образ жизни как путь к достижению	1	Комбинированный	Влияние здорового образа жизни на формирование личности. Элементы	<b>Знать:</b> основное определение понятия «здоровый образ жизни»;	Практическая		Глава 1, § 1.2,

	высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления.		ый	здорового образа жизни и их характеристика. Факторы риска. Теории оздоровления человеческого организма. Оздоровительные системы и их составляющие. Индивидуальный подход к выбору оздоровительной системы.	факторы, влияющие на здоровье. <b>Использовать:</b> приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.	работа. Оценка ССС по индексу Руфье.		1.3
23	Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье.	1	Комбинированный	Внешняя среда и ее воздействие на человека. Физические, химические, биологические и социальные факторы риска внешней среды и их характеристика. Факторы риска психического характера. Внутренняя среда организма. Способность организма поддерживать в заданных пределах состояние внутренней среды.	<b>Получить представление:</b> о влиянии факторов риска, риска внешней среды на внутреннюю среду организма человека. <b>Использовать:</b> приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 1, § 1.4
<b>Личная гигиена (3 ч)</b>								
24	Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды.	1	Комбинированный	Общие сведения о гигиене. Задачи гигиены. Понятие о личной гигиене и ее составляющие. Общие сведения о коже человека и ее функциях. Гигиена кожи. Главная функция одежды человека. Гигиенические требования к одежде, обуви и головным уборам.	<b>Знать:</b> правила личной гигиены, ухода за кожей и одеждой. <b>Получить представление:</b> о гигиене и ее составляющих, гигиенических требованиях к одежде, обуви и головным уборам.	Индивидуальный опрос. Тест № 15-16	Презентация.	Глава 2, § 2.1, 2.4
25	Гигиена питания и воды.	1	Комбинированный	Зависимость жизнедеятельности организма человека от питания и воды. Общие сведения о продуктах животного и растительного происхождения. Гигиенические требования к питанию. Совместимость пищевых продуктов. Соотношение продуктов животного и растительного происхождения в рационе питания человека. Рекомендуемое количество белков, жиров и углеводов для детей и подростков. Режим питания. Распределения рациона питания в течение дня. Общие сведения о воде. Гигиенические требования к воде.	<b>Знать:</b> общие сведения о продуктах животного и растительного происхождения и питьевой воде. <b>Научиться:</b> соблюдать режим питания, правильно распределять рацион питания в течение дня. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для обеспечения личной безопасности и здоровья.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 2, § 2.2, 2.3
26	Гигиена жилища и индивидуального строительства.	1	Комбинированный	Зависимость состояния здоровья человека от условий жизни. Гигиенические требования, предъявляемые к	<b>Получить представление:</b> о гигиенических требованиях к современному жилищу и	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 2, § 2.5, 2.6

				современному жилищу. Гигиенические требования к микроклимату жилого помещения: комнатной температуре, относительной влажности воздуха, скорости движения комнатного воздуха, естественному и искусственному освещению. Гигиенические требования, предъявляемые к индивидуальному строительству загородных домов. Гигиенические требования при планировке территории. Гигиенические требования к водоснабжению и канализации. Гигиенические требования к сбору, обезвреживанию и удалению отходов).	индивидуальному строительству загородных домов. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для обеспечения личной безопасности и здоровья.	Тест № 17-18		
--	--	--	--	--	--	--------------	--	--

**Физиологические и психологические особенности организма подростка (4 ч)**

27	Физиологическое и психологическое развитие подростков.	1	Комбинированный	Особенности физического развития в подростковом и юношеском возрасте. Внешние изменения организма. Развитие нервной системы и двигательных функций. Активизация работы желез внутренней секреции. Развитие сердечно-сосудистой системы и системы кровообращения. Неустойчивость организма к температурным воздействиям. Особенности психологического развития в подростковом и юношеском возрасте: повышенная эмоциональность и неустойчивость нервной системы. Рекомендации по предупреждению повышенной нервной возбудимости.	<b>Знать:</b> о физическом и психологическом развитии в подростковом и юношеском возрасте. <b>Уметь:</b> учитывать эти особенности при общении с окружающими.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 3, § 3.1
28	Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции.	1	Комбинированный	Понятие о состоянии влюбленности. Психологические особенности взаимоотношений подростков (юношей и девушек) в этом состоянии. Первые чувства и проявления любви. Вопросы нравственности во взаимоотношениях полов.	<b>Получить представление:</b> об особенностях отношений юношей и девушек.	Решение ситуационных задач.	Презентация.	Глава 4
29	Виды конфликтов.	1	Комбинированный	Понятие о конфликте. Виды конфликтов и	<b>Знать:</b> виды конфликтов.	Решение	Презентация	Глава 3,

	Правила поведения в конфликтных ситуациях.		ированный	методы преодоления разногласий. Правила поведения в конфликтной ситуации. Управление чувствами и эмоциями в конфликтной ситуации. Приемы управления чувствами и эмоциями. Общение с возбужденным собеседником. Приемы снятия эмоционального возбуждения.	<b>Уметь:</b> правильно вести себя в конфликтных ситуациях.	ситуационных задач.	я.	§ 3.2, 3.3
30	Суицидальное поведение в подростковом возрасте.	1	Комбинированный	Общие сведения о суицидах. Опасные ситуации, связанные с суицидами (самоубийствами). Причины и факторы, повышающие вероятность суицидов. Зависимость числа суицидов от возраста и пола. Суициды среди подростков, молодежи и студентов. Понятие об угнетенном психическом состоянии и депрессии, пути их преодоления. Профилактика суицидов.	<b>Получить представление:</b> о причинах и профилактике суицидов. <b>Уметь:</b> преодолевать угнетенное психическое состояние и депрессию.	Индивидуальный опрос. Тест № 22-23	Презентация.	Глава 3, § 3.4
<b>Факторы, разрушающие здоровье человека (4 ч)</b>								
31	Употребление табака.	1	Комбинированный	Понятие о табакокурении. Состав табачного дыма. Никотин и признаки его отравления. Опасное воздействие угарного газа и радиоактивных веществ, содержащихся в табаке. Стадии никотиновой зависимости и их характеристика. Негативное воздействие табачного дыма на организм человека. Профилактика и отказ от табакокурения.	<b>Сформировать:</b> у себя негативное отношение к табакокурению. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для обеспечения личной безопасности и здоровья.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 5, § 5.1
32	Употребление алкоголя.	1	Комбинированный	Алкоголь и его влияние на здоровье. Разрушающее воздействие алкоголя на все системы и органы человека. Последствия воздействия алкоголя на головной мозг, пищеварительную функцию, печень, железы внутренней секреции, поджелудочную железу, половую функцию и т. д. Развитие алкоголизма. Понятие о пьянстве и алкоголизме. Похмельный синдром и его признаки. Первая помощь при алкогольном отравлении.	<b>Сформировать:</b> у себя негативное отношение к употреблению алкоголя. <b>Уметь:</b> оказывать первую помощь при отравлении алкоголем.	Индивидуальный опрос. Тест № 19	Презентация. Видео	Глава 5, § 5.2

				Профилактика разрушающего влияния алкоголя на здоровье.				
33	Наркомания и токсикомания.	1	Комбинированный	Понятие о наркомании и токсикомании. Действие наркотических веществ на организм человека. Признаки наркомании и токсикомании. Развитие психической зависимости от наркотика. Развитие физической зависимости от наркотика. Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами. Первая помощь при наркотическом отравлении. Первая помощь при отравлении лекарственными препаратами.	<b>Сформировать:</b> у себя негативное отношение к употреблению психоактивных веществ. <b>Уметь:</b> оказывать первую помощь при отравлении наркотиками и лекарственными препаратами.	Индивидуальный опрос. Тест № 20	Презентация.	Глава 5, § 5.3
34	Заболевания, передающиеся половым путем.	1	Комбинированный	Понятие о заболеваниях, передаваемых половым путем, и их опасность для здоровья человека. Характеристика наиболее распространенных заболеваний, передаваемых половым путем, и их профилактика. Понятие о синдроме приобретенного иммунодефицита (СПИД) и ВИЧ-инфекции, их профилактика.	<b>Получить представление:</b> о заболеваниях, передающихся половым путем, и путях их профилактики. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для обеспечения личной безопасности и здоровья.	Индивидуальный опрос. Тест № 21	Презентация.	Конспект

## 10 КЛАСС

### Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе Примерной программы, подготовленной в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения» в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования, утвержденного Министерством образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 года № 413.

Рабочая программа рассчитана на 35 учебных часов (1 час в неделю), в том числе на проведение практических работ - 4 часов.

Учебно-методический комплект включает в себя:

1. Основы безопасности жизнедеятельности: 10 кл. [Текст]: учебник для общеобразовательных учреждений. В. Н. Латчук [и др.]. - М.: Дрофа, 2011.

Дополнительная литература

1. Латчук В.Н., Марков В.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл.: Методическое пособие. - М.: Дрофа (любое издание).

2. Евлахов В.М. Основы безопасности жизнедеятельности (тематическое планирование): методическое пособие. – М.: Дрофа, 2010.

В рабочей программе реализованы требования Конституции Российской Федерации и федеральных законов Российской Федерации «О безопасности», «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «О гражданской обороне», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности дорожного движения», «О радиационной безопасности населения», «О пожарной безопасности», «Об экологической безопасности», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», Стратегии национальной безопасности Российской Федерации.

В своей предметной ориентации предлагаемая программа направлена на достижение следующих целей:

- усвоение учащимися правил безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание ими важности укрепления, сохранения и защиты своего здоровья как личной и общественной ценности;
- уяснение и принятие учащимися достижений гражданского общества: права человека, правовое государство, семейные ценности, справедливость и ответственность органов власти;
- антиэкстремистское и антитеррористическое мышление и поведение учащихся, их нетерпимость к действиям и намерениям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков, табакокурению и употреблению алкогольных напитков;
- готовность и стремление учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Программа учебного курса по ОБЖ способствует формированию универсальных учебных действий ученика:

**Личностные результаты:**

- 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, потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

#### **Метапредметные результаты:**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
- умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;
- овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;
- умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;
- умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;
- освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- умение разработать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
- умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;
- 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.

#### **Предметные результаты:**

- формирование научного типа мышления, владение научной терминологией, ключевыми понятиями, методами и приемами;
- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;
- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных

ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;

- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, их последствий для личности, общества и государства;
- знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Организация и проведение занятий по предлагаемой программе позволяют эффективно использовать образовательный и воспитательный потенциал гимназии, создать благоприятные условия для личностного и познавательного развития учащихся, обеспечивают формирование важнейших компетенций гимназистов.

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

Формами промежуточной аттестации являются тесты, устные опросы, самостоятельные, контрольные и практические работы.

Диагностика усвоения курса:

ВИД ДИАГНОСТИКИ	КОЛИЧЕСТВО ПРИМЕНЕНИЙ
Тест	21
Самостоятельная работа	7
Практические работы	4
Контрольные работы	4

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля. Измерители	Эл-ты дополнительного содержания	Домашнее задание
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Раздел 1. Государственная система обеспечения безопасности населения (20 ч)</b>								
<b>Система защиты населения в чрезвычайных ситуациях (11 ч)</b>								
1	Основные положения Стратегии национальной безопасности Российской Федерации.	1	Урок изучения и первичного закрепления новых знаний	Положения Конституции Российской Федерации, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные положения Стратегии национальной безопасности Российской Федерации. Основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан.	<b>Иметь представление:</b> о национальных интересах, угрозе национальной безопасности России. <b>Уметь:</b> отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды.	Индивидуальный опрос.	Цели и задачи курса ОБЖ в текущем году. Презентация.	Глава 5
2	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1	Комбинированный	Понятие опасного природного явления, их примеры. Динамика возникновения опасных природных явлений на территории России. Влияние опасных природных явлений на жизнедеятельность людей. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Сравнительная оценка опасных природных явлений и чрезвычайных ситуаций на территории России. Чрезвычайные ситуации, наиболее вероятные для города, района.	<b>Знать:</b> о потенциальных опасностях природного происхождения, характерных для региона проживания. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях.	Решение ситуационных задач. Тест № 1	Презентация. Видео	Глава 4
3	Чрезвычайные ситуации природного характера.	1	Комбинированный	Отработка практических действий учащихся в ЧС природного характера.	<b>Знать:</b> правила поведения при угрозе ЧС природного происхождения. <b>Владеть навыками:</b> практических действий по сигналам оповещения.	Практическая работа. Действия по сигналам оповещения. (15	Презентация.	Глава 4

						мин). Тест № 2		
4	Чрезвычайные ситуации техногенного характера.	1	Комбинированный	Понятие о чрезвычайной ситуации техногенного характера. Классификация ЧС техногенного характера по масштабам распространения. Понятие об аварии и катастрофе. Основные типы ЧС техногенного характера. Опасности аварий и катастроф и их динамика на территории РФ.	<b>Знать:</b> правила поведения при угрозе ЧС техногенного происхождения. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях.	Решение ситуационных задач. Тест № 3	Презентация. Видео	Глава 4
5	Чрезвычайные ситуации техногенного характера.	1	Комбинированный	Отработка практических действий учащихся в ЧС техногенного характера: правила безопасного поведения при пожаре в здании; при взрыве в здании; если человек ранен, получил травму; при оповещении об аварии с выбросом АХОВ; при выходе из зоны химического заражения; при оповещении об аварии на радиационно опасных объектах.	<b>Знать:</b> правила поведения при угрозе ЧС техногенного происхождения. <b>Владеть навыками:</b> практических действий при эвакуации из здания.	Практическая работа. Действия при пожаре. (15 мин). Тест № 4	Презентация. Видео	Глава 4
6	Чрезвычайные ситуации социального характера (терроризм, вооруженные конфликты).	1	Комбинированный	Общие сведения о терроризме, правовая база борьбы с этим социальным явлением; подготовка населения по предупреждению и минимизации последствий возможных террористических актов на данном объекте; характеристика среды обитания как объекта возможного террористического акта; действия при наличии угрозы проведения теракта; действия населения при совершении террористических актов различного характера.	<b>Знать:</b> правила поведения при угрозе террористического акта. <b>Использовать:</b> приобретенные навыки безопасного поведения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос. Тест № 5	Презентация. Видео	Конспект
7	Чрезвычайные ситуации социального характера (терроризм, вооруженные конфликты).	1	Комбинированный	Правила безопасного поведения при встрече с незнакомцами на улице, в общественном транспорте, в подъезде дома, в лифте.	<b>Знать:</b> правила поведения в криминогенных ситуациях. <b>Использовать:</b> приобретенные навыки безопасного поведения в повседневной жизни для обеспечения личной безопасности.	Решение ситуационных задач.	Презентация.	Конспект
8	Единая государственная	1	Комбин	Причины создания РСЧС. Основные цели	<b>Знать:</b> предназначение, структуру	Индивиду	Презентация	Конспек

	система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС).		ированный	и задачи РСЧС. Уровни РСЧС, их назначение. Координирующие органы управления РСЧС и их структура. Постоянно действующие органы управления РСЧС и их структура. Силы и средства РСЧС и их структура.	и задачи РСЧС. <b>Использовать:</b> полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.	альный опрос.	ия. Видео	т
9	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС).	1	Комбинированный	Права и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций, определенные Федеральным законом «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».	<b>Знать:</b> права и обязанности граждан в области защиты от ЧС. <b>Использовать:</b> полученные знания для обращения в случае необходимости в службы экстренной помощи.	Индивидуальный опрос. Тест № 8	Презентация.	Конспект
10	Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время.	1	Комбинированный	ГО, история ее создания. Предназначение и задачи ГО. Организация ГО на территории РФ. Структура и органы управления ГО. Организация управления ГО. Структура и органы управления по делам ГО и ЧС в ОУ.	<b>Знать:</b> о предназначении ГО, ее структуре и задачах. <b>Использовать:</b> полученные знания и умения для обеспечения личной безопасности.	Индивидуальный опрос. Тест № 9	Презентация. Видео	Глава 6, § 6.1
11	Гражданская оборона как система мер по защите населения в военное время.	1	Комбинированный	Задачи ОУ в области предупреждения и ликвидации ЧС. Примерное содержание планов действий по предупреждению и ликвидации ЧС мирное время. Особенности плана ГО ОУ. Обязанности учащихся в области ГО.	<b>Знать:</b> о задачах ОУ в области предупреждения и ликвидации ЧС. <b>Владеть навыками:</b> практического применения знаний при планировании мероприятий ГО.	Практическая работа. Действия при АРОО. (15 мин). Тест № 10-11	Презентация.	Глава 6, § 6.2
<b>Современные средства поражения и их поражающие факторы (4 ч)</b>								
12	Ядерное оружие.	1	Комбинированный	Понятие о ядерном оружии. Классификация ядерных взрывов. Поражающие факторы ядерного взрыва: ударная волна, световое излучение, проникающая радиация, радиоактивное заражение, электромагнитный импульс и их характеристика.	<b>Знать:</b> о ядерном оружии и его поражающих факторах. <b>Иметь представление:</b> об основных мероприятиях, проводимых по защите населения от ядерного оружия.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 7, § 7.1
13	Химическое оружие.	1	Комбинированный	Понятие о химическом оружии. Признаки поражения химическим оружием. Понятие об ОВ и пути его проникновения в	<b>Иметь представление:</b> о химическом оружии и его поражающих факторах.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 7, § 7.2

				организм человека. Классификация ОВ по действию на организм человека и их характеристика. Классификация ОВ по их тактическому назначению в зависимости от характера поражающего действия.	<b>Уметь:</b> предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.	Тест № 12		
14	Биологическое оружие.	1	Комбинированный	Понятие о бактериологическом (биологическом) оружии. Поражающие факторы бактериологического оружия. Классификация болезнетворных микробов и их характеристика. Способы применения бактериологического оружия. Признаки применения бактериологического (биологического) оружия.	<b>Иметь представление:</b> о биологическом оружии и его поражающих факторах. <b>Уметь:</b> предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.	Индивидуальный опрос. Тест № 13	Презентация.	Глава 7, § 7.3
15	Обычные средства поражения.	1	Комбинированный	Понятие о современных обычных средствах поражения. Классификация современных обычных средств поражения. Осколочные боеприпасы и их предназначение. Фугасные боеприпасы и их предназначение. Кумулятивные боеприпасы и их предназначение. Бетонобойные боеприпасы и их предназначение. Боеприпасы объемного взрыва и их предназначение. Зажигательные боеприпасы, их предназначение и классификация. Высокоточное оружие. РУК и их предназначение. Управляемые авиационные бомбы и их предназначение.	<b>Иметь представление:</b> об обычных средствах поражения и его поражающих факторах. <b>Уметь:</b> предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления.	Индивидуальный опрос. Тест № 15	Презентация.	Глава 7, § 7.4
<b>Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях (1 ч)</b>								
16	Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени.	1	Комбинированный	Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.	<b>Знать:</b> способы оповещения населения в чрезвычайных ситуациях. <b>Уметь:</b> действовать в чрезвычайных ситуациях	Решение ситуационных задач.	Презентация.	Глава 8, § 8.1

**Организация инженерной защиты населения (1 ч)**

17	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС.	1	Комбинированный	Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.	<b>Знать:</b> виды защитных сооружений, правила поведения в защитных сооружениях. <b>Уметь:</b> действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства коллективной защиты.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 8, § 8.2
----	--	---	-----------------	---	---	-----------------------	--------------	----------------

**Средства индивидуальной защиты (2 ч)**

18	Средства индивидуальной защиты населения.	1	Комбинированный	Классификация средств защиты органов дыхания. Принцип работы фильтрующих противогазов. Устройство и назначение узлов и деталей гражданского противогаза ГП-7 (ГП-7В).	<b>Знать:</b> основные средства индивидуальной. <b>Владеть навыками:</b> пользования средствами индивидуальной защиты.	Индивидуальный опрос. Тест № 16-17	Презентация.	Глава 8, § 8.3
19	Средства индивидуальной защиты населения.	1	Комбинированный	Средства защиты кожи, их назначение и правила пользования. Классификация средств защиты кожи. Правила использования простейших средств защиты кожи. Медицинские средства защиты. Назначение и устройство АИ-2. Назначение и использование ИПП-8, ИПП-9, ИПП-10.	<b>Знать:</b> основные средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. <b>Владеть навыками:</b> пользования средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой)	Практическая работа. Нормативы (ГП-7). (15 мин) Тест № 18		Глава 8, § 8.3

**Организация проведения аварийно-спасательных работ (1 ч)**

20	Организация и ведение аварийно-спасательных работ и неотложных работ в зонах ЧС.	1	Комбинированный	Понятие об аварийно-спасательных и неотложных работах. Основные виды обеспечения аварийно-спасательных работ, их содержание и характеристика. Понятие о санитарной обработке населения. Частичная и полная санитарная обработка и правила ее проведения.	<b>Знать:</b> содержание и порядок проведения аварийно-спасательных и неотложных работ. <b>Владеть навыками:</b> проведения частичной и полной санитарной обработки.	Индивидуальный опрос. Тест № 19-20	Презентация. Видео	Глава 8, § 8.4
----	--	---	-----------------	--	---	------------------------------------	--------------------	----------------

**Раздел 2. Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья (4 ч)**

**Здоровый образ жизни и его составляющие (2 ч)**

21	Здоровый образ жизни и его составляющие.	1	Комбинированный	Здоровый образ жизни - индивидуальная система поведения человека, направленная на укрепление и сохранение здоровья. Основные составляющие здорового образа жизни.	<b>Знать:</b> основное определение понятия «здоровый образ жизни»; факторы, влияющие на здоровье. <b>Использовать:</b> приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.	Решение ситуационных задач.	Презентация.	Глава 1
22	Значение для здоровья	1	Комбинированный	Значение двигательной активности для	<b>Знать:</b> о факторах, способ-	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 2

	человека двигательной активности и закаливания организма.		ированный	здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Физиологические особенности влияния закаливающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей среды для закаливания, необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закаливающих процедур.	ствующих укреплению здоровья. <b>Использовать:</b> приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.	альный опрос. Тест № 21	ия.	
<b>Вредные привычки, их влияние на здоровье (2 ч)</b>								
23	Курение табака и его влияние на организм человека.	1	Комбинированный	Вредные привычки (курение, употребление алкоголя, наркотиков) и их социальные последствия. Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную и сердечнососудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье.	<b>Знать:</b> о факторах, разрушающих здоровье, - вредных привычках. <b>Использовать:</b> приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.	Индивидуальный опрос. Тест № 22	Презентация.	Конспект
24	Употребление алкоголя и его влияние на здоровье человека. Наркомания и токсикомания.	1	Комбинированный	Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека, социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности. Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании.	<b>Знать:</b> о факторах, разрушающих здоровье, - вредных привычках. <b>Использовать:</b> приобретенные знания в повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.	Индивидуальный опрос. Тест № 23	Презентация. Видео	Конспект
<b>Раздел 3. Основы обороны государства и воинская обязанность (11 ч)</b>								
<b>История создания Вооруженных Сил России (1 ч)</b>								
25	История создания Вооруженных Сил России.	1	Урок обобщения и систематизации знаний	Организация вооруженных сил Московского государства в XIV-XV веках. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI века. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX века, создание массовой армии. Создание советских Вооруженных Сил, их структура и	<b>Иметь представление:</b> об истории создания Вооруженных Сил России, о реформе Вооруженных Сил. <b>Уметь:</b> осуществлять поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа.	Семинар Тест № 24, 24а	Презентация. Видео	Глава 1, § 1.1



				предназначение.				
<b>Организационная структура Вооруженных Сил России (4 ч)</b>								
26	Организационная структура ВС России. Виды ВС, история их создания и предназначение.	1	Комбинированный	Вооруженные Силы Российской Федерации - государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Организационная структура Вооруженных Сил. Руководство и управление Вооруженными Силами. Реформа Вооруженных Сил России, ее этапы и основное содержание. Виды Вооруженных Сил РФ.	<b>Знать:</b> состав и предназначение ВС РФ. <b>Владеть навыками:</b> осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.	Индивидуальный опрос. Тест № 23	Презентация. Видео	Глава 1, § 1.2
27	Рода войск, история их создания и предназначение.	1	Комбинированный	Ракетные войска стратегического назначения, их предназначение, история создания, структура. Космические войска: история создания, предназначение, структура. Воздушно-десантные войска: история создания, предназначение, структура.	<b>Знать:</b> состав и предназначение ВС РФ. <b>Владеть навыками:</b> оценки уровня своей подготовленности к военной службе.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 1, § 1.2
28	Другие войска, их состав и предназначение с учетом концепции государственной политики РФ по военному строительству.	1	Комбинированный	Пограничные войска Федеральной службы безопасности Российской Федерации, внутренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.	<b>Знать:</b> состав и предназначение ВС РФ. <b>Уметь:</b> оценивать уровень своей подготовленности к военной службе.	Индивидуальный опрос. Тест № 27	Презентация. Видео	Глава 1, § 1.4
29	Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны.	1	Комбинированный	Понятие об обороноспособности государства. Правовые основы организации обороны и обеспечения безопасности личности, общества и государства. Федеральный закон «Об обороне». Понятие об обороне. ВС как государственная военная организация. Закон Российской Федерации «О безопасности». Понятие о безопасности. Основные функции системы безопасности. Силы обеспечения безопасности. Руководство и управление Вооруженными	<b>Знать:</b> об обороноспособности и безопасности государства, а также о роли ВС РФ по их обеспечению. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 1, § 1.3

				Силами. Военная реформа, проводимая в настоящее время, ее цели и содержание.				
<b>Боевые традиции Вооруженных Сил России (3 ч)</b>								
30	Патриотизм и верность воинскому долгу — основные качества защитника Отечества.	1	Комбинированный	Патриотизм - духовно-нравственная основа личности военнослужащего, защитника Отечества, источник духовных сил воина. Преданность своему Отечеству, любовь к Родине, стремление служить ее интересам, защищать от врагов - основное содержание патриотизма. Воинский долг - обязанность Отечеству по его вооруженной защите.	<b>Знать:</b> о требованиях воинской деятельности, предъявляемых к моральным и индивидуально-психологическим качествам гражданина. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 2, § 2.1
31	Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений.	1	Комбинированный	Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений. Войсковое товарищество - боевая традиция Российской армии и флота.	<b>Иметь представление:</b> о дружбе и войсковом товариществе как основе боевой готовности частей и подразделений. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 2, § 2.2
32	Памяти поколений – дни воинской славы России.	1	Бинарный урок	Дни воинской славы - Дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства. Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.	<b>Знать:</b> о днях воинской славы и о формах увековечения памяти. <b>Уметь:</b> отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои мировоззренческие взгляды.	Семинар	Презентация. Видео	Приложение № 1
<b>Символы воинской чести, доблести и славы (3 ч)</b>								
33	Боевое Знамя воинской части - символ воинской чести, доблести и славы.	1	Комбинированный	Боевое знамя воинской части - особо почетный знак, отличающий особенности боевого подразделения, истории и заслуг воинской части. Ритуал вручения Боевого знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.	<b>Иметь представление:</b> о символах воинской чести. <b>Уметь:</b> осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.	Индивидуальный опрос.	Презентация. Видео	Глава 3, § 3.1
34	Ордена и медали – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	1	Урок обобщения и систематизации	История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звания Герой Советского Союза, Герой Российской Федерации.	<b>Иметь представление:</b> об основных государственных наградах. <b>Уметь:</b> отстаивать свою гражданскую позицию, формировать свои	Семинар	Презентация.	Глава 3, § 3.2

			знаний		мировоззренческие взгляды.			
35	Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации, их смысл и воспитательное значение.	1	Комбинированный	Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого знамени в/ч. Порядок вручения личному составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку.	<i>Иметь представление:</i> о ритуалах Вооруженных Сил РФ. <i>Уметь:</i> осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.	Проверочная по разделу «ОВС» (20 мин)	Презентация. Видео	Глава 3, § 3.3

## 11 КЛАСС

### Пояснительная записка

Рабочая программа разработана на основе Примерной программы, подготовленной в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения» в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего (полного) общего образования, утвержденного Министерством образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 года № 413.

Рабочая программа рассчитана на 34 учебных часа (1 час в неделю), в том числе на проведение практических работ - 8 часов.

Учебно-методический комплект включает в себя:

1. Основы безопасности жизнедеятельности: 11 кл. [Текст]: учебник для общеобразовательных учреждений. В. Н. Латчук [и др.]. - М.: Дрофа, 2011.

Дополнительная литература

1. Латчук В.Н., Марков В.В. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 кл.: Методическое пособие. - М.: Дрофа (любое издание).

2. Евлахов В.М. Основы безопасности жизнедеятельности (тематическое планирование): методическое пособие. – М.: Дрофа, 2010.

В рабочей программе реализованы требования Конституции Российской Федерации и федеральных законов Российской Федерации «О безопасности», «Об обороне», «О воинской обязанности и военной службе», «О гражданской обороне», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности дорожного движения», «О радиационной безопасности населения», «О пожарной безопасности», «Об экологической безопасности», «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения», Стратегии национальной безопасности Российской Федерации.

В своей предметной ориентации предлагаемая программа направлена на достижение следующих целей:

- усвоение учащимися правил безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание ими важности укрепления, сохранения и защиты своего здоровья как личной и общественной ценности;
- уяснение и принятие учащимися достижений гражданского общества: права человека, правовое государство, семейные ценности, справедливость и ответственность органов власти;
- антиэкстремистское и антитеррористическое мышление и поведение учащихся, их нетерпимость к действиям и намерениям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков, табакокурению и употреблению алкогольных напитков;
- готовность и стремление учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Программа учебного курса по ОБЖ способствует формированию универсальных учебных действий ученика:

#### **Личностные результаты:**

- 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, потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

#### **Метапредметные результаты:**

– умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;

– умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

– умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;

– умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;

– овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;

– умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;

– умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;

– освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

– умение разработать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;

– умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;

– 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.

#### **Предметные результаты:**

– сформированность научного типа мышления, владение научной терминологией, ключевыми понятиями, методами и приёмами;

– сформированность современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

– понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;

– понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;

- сформированность установки на здоровый и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;
- сформированность антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, их последствий для личности, общества и государства;
- знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Организация и проведение занятий по предлагаемой программе позволяют эффективно использовать образовательный и воспитательный потенциал гимназии, создать благоприятные условия для личностного и познавательного развития учащихся, обеспечивают формирование важнейших компетенций гимназистов.

Содержание программы выстроено по двум линиям: основы медицинских знаний и здорового образа жизни, основы обороны государства и воинская обязанность.

Формами промежуточной аттестации являются тесты, устные опросы, самостоятельные, контрольные и практические работы.

Диагностика усвоения курса:

ВИД ДИАГНОСТИКИ	КОЛИЧЕСТВО ПРИМЕНЕНИЙ
Тест	19
Самостоятельная работа	4
Практические работы	8
Контрольные работы	4

### ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовки обучающихся	Вид контроля. Измерители	Эл-ты дополнительного содержания	Домашнее задание
1	2	3	4	5	6	7	8	9
<b>Раздел 1. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (14 ч)</b>								
<b>Основы здорового образа жизни (4 ч)</b>								
1	Правила личной гигиены и здоровье.	1	Урок изучения и первичного закрепления новых знаний	Личная гигиена, общие понятия и определения. Уход за кожей, зубами и волосами. Гигиена одежды. Некоторые понятия об очищении организма.	<b>Знать:</b> об основных составляющих здорового образа жизни и их влиянии на безопасность жизнедеятельности личности. <b>Использовать:</b> приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни.	Индивидуальный опрос.	Цели и задачи курса ОБЖ в текущем году. Презентация.	Глава 1, § 1.1
2	Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.	1	Комбинированный	Семья и ее значение в жизни человека. Факторы, оказывающие влияние на гармонию совместной жизни (психологический, культурный и материальный факторы). Качества, которые необходимо воспитывать в себе молодому человеку для создания прочной семьи.	<b>Знать:</b> о факторах, оказывающих влияние на гармонию совместной жизни. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для воспитания качеств, необходимых для создания прочной семьи.	Индивидуальный опрос. Тест № 1	Презентация. Видео	Глава 1, § 1.2
3	Семья в современном обществе. Законодательство о семье.	1	Комбинированный	Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Имущественные права супругов. Права и обязанности родителей.	<b>Знать:</b> об основах законодательства РФ о семье. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для воспитания в себе качеств, необходимых для создания прочной семьи.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 1, § 1.3
4	Основные заболевания, передаваемые половым путем, СПИД. Их признаки и	1	Комбинированный	Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП), формы передачи, причины, способствующие заражению ИППП. Меры профилактики. Уголовная ответственность	<b>Знать:</b> об основах личной гигиены; об уголовной ответственности за заражение ИППП. <b>Использовать:</b> приобретенные	Индивидуальный опрос. Тест № 2-	Презентация.	Глава 1, § 1.4

	профилактика.			за заражение венерической болезнью. ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и пути заражения.	знания для ведения здорового образа жизни.	3		
<b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (10 ч)</b>								
5	Первая помощь при кровотечениях.	1	Урок комплексного применения ЗУН	Понятия о кровотечениях. Классификация и характеристика кровотечений. Причины, вызывающие кровотечения. Признаки артериального и венозного кровотечений. Способы временной остановки кровотечений.	<b>Знать:</b> виды кровотечений и правила оказания первой помощи при кровотечениях, правила наложения жгута и давящей повязки. <b>Владеть навыками:</b> оказания первой помощи при кровотечениях.	Практическая работа. ПП при кровотечениях (15 мин). Тест № 4	Презентация. Видео	Глава 2, § 2.1
6	Первая помощь при ранениях.	1	Урок комплексного применения ЗУН	Виды ран и общие правила оказания первой медицинской помощи. Способы остановки кровотечений. Правила наложения давящей повязки. Правила наложения жгута. Борьба с болью	<b>Знать:</b> виды ран и правила оказания первой помощи при ранении, правила наложения жгута и давящей повязки. <b>Владеть навыками:</b> наложения повязок на различные части тела.	Практическая работа. Наложение повязок. (15 мин). Тест № 6	Презентация. Видео	Глава 2, § 2.1
7	Первая помощь при травмах.	1	Комбинированный	Ушибы и их признаки. Растяжение связок и их признаки. Разрывы связок и мышц, их признаки. Вывихи и их признаки. Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Профилактика травм опорно-двигательного аппарата.	<b>Знать:</b> правила оказания первой помощи при травмах. <b>Владеть навыками:</b> оказания первой помощи при травмах, растяжениях	Индивидуальный опрос. Тест № 6а	Презентация. Видео	Глава 2, § 2.2
8	Первая помощь при переломах.	1	Урок комплексного применения ЗУН	Открытые и закрытые переломы. Признаки переломов. Отработка приемов оказания ПП при переломах. Отработка основных правил транспортной иммобилизации.	<b>Знать:</b> правила оказания первой помощи при переломах. <b>Владеть навыками:</b> оказания первой помощи при переломах.	Практическая работа. Оказание ПП при травмах (15 мин). Тест № 7	Презентация. Видео	Глава 2, § 2.2
9	Первая помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника.	1	Урок комплексного применения ЗУН	Понятие о черепно-мозговой травме. Причины травм головы и позвоночника. Признаки симптомы травм головы и позвоночника. Первая помощь при черепно-мозговой травме, при	<b>Знать:</b> приемы оказания первой помощи при травмах головы и позвоночника. <b>Владеть навыками:</b> оказания первой помощи при травмах	Практическая работа. Оказание ПП при	Презентация	Глава 2, § 2.3



				повреждении позвоночника.	головы и позвоночника.	травмах (15 мин). Тест № 8		
10	Первая помощь при травмах груди, живота и области таза.	1	Урок комплексного применения ЗУН	Опасности травм грудной клетки. Отработка приемов оказания первой помощи при травмах груди, живота и области таза.	<b>Знать:</b> правила оказания первой медицинской помощи при травмах. <b>Владеть навыками:</b> оказания первой медицинской помощи при травмах груди, живота, таза.	Практическая работа. Оказание ПП при травмах (15 мин). Тест № 9	Презентация.	Глава 2, § 2.4
11	Первая помощь при травматическом шоке.	1	Комбинированный	Понятие о травматическом шоке. Причины и признаки травматического шока, его действие на организм человека. Ожоги кожи. Степени ожогов кожи.	<b>Знать:</b> причины травматического шока, степени ожогов. <b>Использовать:</b> приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни.	Индивидуальный опрос. Тест № 10-11	Презентация. Видео	Глава 2, § 2.5
12	Экстренная реанимационная помощь.	1	Урок комплексного применения ЗУН	Снабжение организма человека кислородом. Схема поступления кислорода из легких в кровь. Понятие о клинической смерти и реанимации. Определение признаков клинической смерти. Объем экстренных реанимационных мероприятий.	<b>Иметь представление:</b> о клинической смерти. <b>Владеть навыками:</b> оказания первой помощи при реанимационных мероприятиях	Практическая работа. Определение признаков кл. смерти (15 мин)	Презентация. Видео	Глава 2, § 2.6
13	Экстренная реанимационная помощь.	1	Урок комплексного применения ЗУН	Прекардиальный удар в область грудины. Непрямой массаж сердца. Искусственная вентиляция легких. Причины и признаки остановки сердца. Отработка приемов оказания первой помощи при остановке сердца.	<b>Знать:</b> правила оказания первой помощи при остановке сердца. <b>Владеть навыками:</b> оказания первой помощи при остановке сердца.	Практическая работа. Оказание ЭРП (15 мин)	Презентация.	Глава 2, § 2.7
14	Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.	1	Урок комплексного применения ЗУН	Сердечная недостаточность, основные понятия и определения. Инсульт, его возможные причины возникновения. Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте.	<b>Знать:</b> правила оказания первой медицинской помощи при сердечной недостаточности и инсульте. <b>Владеть навыками:</b> оказания	Практическая работа. Оказание ПП при остр. серд.	Презентация.	Глава 2, § 2.8

					первой помощи при острой сердечной недостаточности и инсульте.	нед. и инс. (15 мин). Тест № 12-13		
<b>Раздел 2. Основы обороны государства и воинская обязанность</b>								
<b>Воинская обязанность (6 ч)</b>								
15	Основные понятия о воинской обязанности.	1	Комбинированный	Воинская обязанность, определение воинской обязанности и ее содержания. Воинский учет, обязательная подготовка к военной службе, призыв на военную службу, прохождение военной службы по призыву, пребывание в запасе, призыв на военные сборы и прохождение военных сборов в период пребывания в запасе.	<b>Знать:</b> об обязанностях граждан по защите государства; о воинской обязанности. <b>Использовать:</b> полученные знания для осознанного самоопределения по отношению к военной службе	Индивидуальный опрос	Презентация.	Глава 1, § 1.1
16	Организация воинского учета и его предназначение.	1	Комбинированный	Организация воинского учета. Первоначальная постановка граждан на воинский учет. Обязанности граждан по воинскому учету.	<b>Знать:</b> об организации воинского учета, о первоначальной постановке граждан на воинский учет, об обязанностях граждан по воинскому учету. <b>Использовать:</b> полученные знания для осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.	Индивидуальный опрос	Презентация.	Глава 1, § 1.2
17	Обязательная и подготовка граждан к военной службе.	1	Комбинированный	Основное содержание обязательной подготовки гражданина к военной службе.	<b>Знать:</b> о содержании обязательной подготовки граждан к военной службе. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы.	Индивидуальный опрос. Тест № 14-15	Презентация. Видео	Глава 1, § 1.3
18	Добровольная подготовка граждан к военной службе.	1	Комбинированный	Основные направления добровольной подготовки граждан к военной службе. Занятие военно-прикладными видами спорта. Обучение по дополнительным образовательным программам, имеющим целью военную подготовку	<b>Знать:</b> об основных направлениях добровольной подготовки граждан к военной службе. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств,	Индивидуальный опрос	Презентация.	Глава 1, § 1.4

				несовершеннолетних граждан в общеобразовательных учреждениях среднего (полного) общего образования. Обучение по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах в образовательных учреждениях высшего профессионального образования.	необходимых для военной службы.			
19	Организация медицинского освидетельствования и медицинского обследования при постановке на воинский учет.	1	Комбинированный	Организация и предназначение медицинского освидетельствования и медицинского обследования при первоначальной постановке граждан на воинский учет. Категории годности к военной службе. Организация профессионально-психологического отбора граждан при первоначальной постановке их на воинский учет. Основные требования к индивидуально-психологическим и профессиональным качествам молодежи призывного возраста для комплектования различных воинских должностей.	<b>Знать:</b> об организации медицинского освидетельствования и профессионально-психологического отбора граждан при первоначальной постановке их на воинский учет, о категориях годности к военной службе. <b>Использовать:</b> приобретенные знания при первоначальной постановке на воинский учет и для развития в себе качеств, необходимых для военной службы	Индивидуальный опрос. Тест № 16-17	Презентация.	Глава 1, § 1.5
20	Увольнение с военной службы и пребывание в запасе.	1	Комбинированный	Увольнение с военной службы. Запас Вооруженных Сил Российской Федерации, его предназначение, порядок освобождения граждан от военных сборов.	<b>Знать:</b> об основах военной службы. <b>Иметь представление:</b> об основных правах и обязанностях во время пребывания в запасе. <b>Использовать:</b> полученные знания для осознанного самоопределения по отношению к военной службе	Индивидуальный опрос. Тест № 18	Презентация.	Глава 1, § 1.6
<b>Особенности военной службы (7 ч)</b>								
21	Правовые основы военной службы.	1	Комбинированный	Военная служба – особый вид федеральной государственной службы. Конституция РФ и вопросы военной службы. Законы РФ, определяющие правовую основу военной службы. Статус военнослужащего, права и свободы военнослужащего. Льготы,	<b>Знать:</b> основные положения законодательства РФ об обороне государства и воинской обязанности, военной службе граждан. <b>Использовать:</b> полученные знания	Индивидуальный опрос	Презентация.	Глава 2, § 2.1

				предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по призыву. Права и ответственность военнослужащих. Дисциплинарная, административная, материальная, уголовная ответственность военнослужащих.	для осознанного самоопределения по отношению к военной службе.			
22	Общевоинские уставы Вооруженных Сил РФ-закон воинской жизни.	1	Комбинированный	Общевоинские уставы - нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и быт военнослужащих. Устав внутренней службы Вооруженных Сил РФ, Устав гарнизонной и караульной службы Вооруженных Сил РФ, Дисциплинарный устав Вооруженных Сил РФ, Строевой устав Вооруженных Сил РФ, их предназначение и основные положения.	<b>Знать:</b> о нормативно-правовых актах, регламентирующих жизнь и быт в/служащих; о предназначении общевоинских уставов ВС. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для осуществления осознанного самоопределения по отношению к в/службе, развития в себе качеств, необходимых для в/службы	Решение ситуационных задач. Тест № 19, Тест № 26-27	Презентация.	Глава 2, § 2.2
23	Военная присяга — клятва воина на верность Родине.	1	Комбинированный	Военная присяга - основной и нерушимый закон воинской жизни. История принятия военной присяги в России. Текст военной присяги. Порядок приведения военнослужащих к военной присяге. Значение военной присяги для выполнения каждым военнослужащим воинского долга.	<b>Знать:</b> о традициях Вооруженных Сил Российской Федерации. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы.	Индивидуальный опрос. Тест № 20-21	Презентация.	Глава 2, § 2.3
24	Прохождение военной службы по призыву.	1	Комбинированный	Призыв на военную службу. Время призыва на военную службу, организация призыва. Порядок освобождения граждан от военной службы и предоставление отсрочек. Ответственность граждан по вопросам призыва. Прохождение военной службы по призыву. Общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих.	<b>Знать:</b> о призыве на военную службу, времени и организации призыва, о порядке освобождения граждан от военной службы и предоставлении отсрочек, о порядке прохождения военной службы по призыву, об общих, должностных и специальных обязанностях военнослужащих. <b>Использовать:</b> полученные знания при постановке на воинский учет. <b>Владеть навыками:</b> оценки уровня своей подготовленности к военной	Индивидуальный опрос. Тест № 21	Презентация.	Глава 2, § 2.4

					службе.			
25	Прохождение военной службы по контракту.	1	Комбинированный	Основные условия прохождения военной службы по контракту. Требования, предъявляемые к гражданам, поступающим на военную службу по контракту. Сроки военной службы по контракту. Права и льготы, предоставляемые военнослужащим, проходящим военную службу по контракту.	<b>Знать:</b> основные условия прохождения военной службы по контракту. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы. <b>Владеть:</b> навыками осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе; оценки уровня своей подготовленности к ней.	Решение ситуационных задач	Презентация.	Глава 2, § 2.5
26	Альтернативная гражданская служба.	1	Комбинированный	Федеральный закон «Об альтернативной гражданской службе». Альтернативная гражданская служба как особый вид трудовой деятельности в интересах общества и государства. Право гражданина на замену военной службы по призыву альтернативной гражданской службой. Сроки альтернативной гражданской службы для разных категорий граждан. Время, которое не засчитывается в срок альтернативной гражданской службы. Подача заявлений о замене военной службы по призыву альтернативной гражданской службой.	<b>Знать:</b> особенности прохождения альтернативной гражданской службы. <b>Владеть навыками:</b> оценки уровня своей подготовленности к военной службе.	Индивидуальный опрос. Тест № 22-23	Презентация.	Конспект
27	Воинские звания военнослужащих ВС РФ. Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих.	1	Комбинированный	Из истории воинских званий и военной формы одежды России. Составы военнослужащих и воинские звания. Военная форма одежды и знаки различия военнослужащих.	<b>Знать:</b> составы военнослужащих и воинские звания. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы.	Индивидуальный опрос	Презентация.	Глава 2, § 2.6
<b>Военнослужащий - защитник своего Отечества. Честь и достоинство воина Вооруженных Сил России (3 ч)</b>								
28	Военнослужащий - патриот, с честью и достоинством несущий	1	Комбинированный	Основные качества военнослужащего, позволяющие ему с честью и достоинством носить воинское звание защитника	<b>Иметь представление:</b> об основных качествах военнослужащего.	Индивидуальный опрос.	Презентация.	Глава 3, § 3.1

	звание защитника Отечества.			Отечества: любовь к Родине, ее истории, культуре, традициям, народу, высокая воинская дисциплина, преданность Отечеству, верность воинскому долгу и военной присяге, готовность в любую минуту встать на защиту свободы, независимости конституционного строя России, народа и Отечества.	<b>Владеть навыками:</b> оценки уровня своей подготовленности и осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе. <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы.	Тест № 25			
29	Требования воинской деятельности, предъявляемые моральным, индивидуально-психологическим и профессиональным качествам гражданина.	1	Комбинированный	Виды воинской деятельности и их особенности. Основные элементы воинской деятельности и их предназначение. Особенности воинской деятельности в различных видах ВС и родах войск. Общие требования воинской деятельности к военнослужащему. Необходимость повышения уровня подготовки молодежи призывного возраста к военной службе. Требования к психическим и морально-этическим качествам призывника, основные понятия о психологической совместимости членов воинского коллектива (экипажа, боевого расчета).	<b>Знать:</b> об основных видах военно-профессиональной деятельности и их особенностях в различных видах Вооруженных Сил и родах войск; о требованиях, предъявляемых военной службой к уровню подготовки призывника. <b>Уметь:</b> оценивать уровень своей подготовленности к военной службе! <b>Использовать:</b> приобретенные знания для развития в себе качеств, необходимых для военной службы.	Решение ситуационных задач	Презентация.	Глава 3, § 3.3	
30	Как стать офицером Российской армии.	1	Комбинированный	Основные виды военных образовательных учреждений профессионального образования. Организация подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации. Правила приема граждан в военные образовательные учреждения профессионального образования. Международная деятельность ВС РФ.	<b>Знать:</b> об организации подготовки офицерских кадров для ВС РФ, об основных видах военных образовательных учреждений профессионального образования; правилах приема в военные образовательные учреждения. <b>Владеть навыками:</b> осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.	Индивидуальный опрос	Презентация.	Глава 3, § 3.5	
<b>Международное гуманитарное право. Защита жертв вооруженных конфликтов (2 ч)</b>									
31	Ограничение средств и	1	Комбинированный	Основные документы международного	<b>Знать:</b> основные документы	Индивидуальный опрос	Презентация.	Глава 4,	

	методов ведения военных действий в международном гуманитарном праве.		ированный	гуманитарного права. Общая защита гражданского населения. Основные типы ограничений ведения военных действий.	международного гуманитарного права. <b>Использовать:</b> полученные знания для воспитания потребности оказывать помощь пострадавшим в различных опасных ситуациях.	альный опрос	ия.	§ 4.1
32	Международные отличительные знаки, используемые во время международного конфликта.	1	Комбинированный	Цели использования международных отличительных знаков во время вооруженных конфликтов. Отличительные знаки. Ответственность воюющих сторон за правильное использование отличительных знаков. В каких случаях запрещается использовать международные отличительные знаки.	<b>Знать:</b> основные отличительные знаки, используемые в международном гуманитарном праве. <b>Использовать:</b> полученные знания для воспитания потребности оказывать помощь пострадавшим в различных опасных ситуациях.	Индивидуальный опрос	Презентация.	Глава 4, § 4.2
<b>Психологические основы подготовки к военной службе (2 ч)</b>								
33	Призыв на военную службу как стрессовая ситуация.	1	Комбинированный	Стресс и дистресс. Как справиться со стрессом. Личность и социальная роль военного человека. Психологические свойства в структуре личности. Слухи и искаженная информация.	<b>Иметь представление:</b> о психических аспектах, связанных с подготовкой к военной службе в ВС РФ. <b>Владеть навыками:</b> осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.	Решение ситуационных задач	Презентация.	Глава 5, § 5.1-5.4
34	О морально-этических качествах военнослужащих.	1	Комбинированный	Совость, честь и достоинство – основные требования к личности солдата. Чувства личности и военная служба. Самовоспитание и самосовершенствование личности. Психическое саморегулирование и самоанализ.	<b>Иметь представление:</b> о психических аспектах, связанных с подготовкой к военной службе в ВС РФ. <b>Владеть навыками:</b> осуществления осознанного самоопределения по отношению к военной службе.	Индивидуальный опрос	Презентация.	Глава 5, § 5.5