

Министерство образования и науки Российской Федерации
Управление образования администрации города Орска
Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Гимназия № 1 г. Орска»

СОГЛАСОВАНО
Педагогический совет
МАОУ «Гимназия № 1 г. Орска»
Протокол № 4 от 30.03.2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МАОУ «Гимназия № 1 г. Орска»
Е.А.Солопов
Приказ № 38/2 от 30.03.2022г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

Основы безопасности жизнедеятельности

/10-11 класс/

г. Орск, 2022 г.

I. Пояснительная записка.

Рабочая программа приведена в соответствие со следующими нормативными правовыми документами и инструктивно-методическими материалами:

- Федерального закона "Об образовании в Российской Федерации" N 273-ФЗ от 29.12.2012 г;
- Федерального компонента государственного образовательного стандарта (далее ФКГОС): приказ Минобрнауки России от 5 марта 2004 № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования»;
- учебный план МОАУ «МОАУ «СОШ №5 г. Орска» на 2017-2018 учебный

Для реализации рабочей программы использованы учебники «Основы безопасности жизнедеятельности» 10. 11 классы, авторы Смирнов А.Т., Хренников Б.О. / Под ред. Смирнова А.Т. Издательство "Просвещение" 2011 г.

Место предмета в учебном плане: настоящая программа составлена в соответствии с Базисным учебным планом для общеобразовательных учреждений Оренбургской области, учебным планом МОАУ «СОШ №5 г. Орска» и предусматривает 68 часов в год в 10-х классах, 68 часов в год в 11 классах.

Цели и задачи изучения ОБЖ в 10-11 классах:

Изучение основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне среднего (полного) общего образования направлено на достижение следующих целей:

освоение знаний о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни; государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;

воспитание ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества;

развитие черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении здорового образа жизни;

овладение умениями оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим.

Задачи:

- повышение уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;
- снижение отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
- формирование антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
- обеспечение профилактики асоциального поведения учащихся;
- формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
- обеспечение эффективного сочетания урочных и внеурочных форм организации образовательного процесса, взаимодействия всех его участников;
- выявление и развитие способностей обучающихся, в том числе одарённых детей;

- социальное и учебно-исследовательское проектирование, профессиональная ориентация обучающихся при поддержке педагогов, психологов, социальных педагогов.

Общая характеристика курса

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» в старшей школе (10-11 классы) реализует комплексный подход к формированию у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности и подготовке их к военной службе, предназначен для воспитания личности безопасного типа, хорошо знакомой с современными проблемами безопасности жизни и жизнедеятельности человека, осознающей их исключительную важность, стремящейся решать эти проблемы, разумно сочетая личные интересы с интересами общества. Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций в области безопасности жизнедеятельности.

С учётом познавательных возможностей школьников программа обучения по курсу строится на основе спирального развёртывания системы знаний о безопасности человека, что позволяет на каждом этапе обучения формировать целостную картину опасностей окружающего мира, обеспечивать развитие знаний, умений и навыков в этой области, постепенно углублять мировоззренческий и практический уровни содержания школьного курса. Достигается это за счёт увеличения от этапа к этапу обучения числа выявленных связей и отношений, использования различных глубин проникновения в сущность явлений и характера познавательной деятельности учащихся.

Программа систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в основной общеобразовательной школе, и способствует формированию у них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства.

Ожидаемый результат обучения по данной программе может быть сформулирован как способность обучающихся правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера. По завершении школьного образования у учащихся должны быть сформированы основы культуры личной и коллективной безопасности, нравственно-этического мировоззрения, предусматривающего заботу о личной безопасности, безопасности окружающих людей, создание благоприятных для жизни и деятельности условий среды обитания. К этому периоду человек должен научиться рассматривать в качестве приоритета вопросы обеспечения безопасности жизнедеятельности.

Планируемые результаты освоения учебного предмета.

Обязательный минимум содержания по предмету.

Знать правила поведения в криминогенных ситуациях. Знать об уголовной ответственности несовершеннолетних и видах наказаний, назначаемых несовершеннолетним. Знать потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания; правила безопасного поведения в условиях ЧС. Знать: предназначение, структуру и задачи РСЧС. Знать: основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера. Знать: о предназначении гражданской обороны, её структуре и задачах. Иметь представление: о современных средствах поражения, и их поражающих факторах. Знать: способы оповещения населения в ЧС. Знать: виды защитных сооружений, правила поведения в защитных сооружениях. Знать: основные средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Знать: об организации проведения аварийно-спасательных работ, санитарной обработки и эвакуации людей в зонах ЧС. Знать: об организации ГО в общеобразовательном учреждении; правила поведения учащихся при получении сигнала о ЧС.

Знать: основные определения понятия «здоровье» и факторы, влияющие на него. Знать: об основных принципах классификации и профилактики инфекционных заболеваний. Знать: основное определение понятия «ЗОЖ»; факторы, влияющие на здоровье. Знать: о факторах, способствующих укреплению здоровья. Знать: о факторах, разрушающих здоровье, - вредных привычках.

Знать правила оказания первой медицинской помощи при сердечной недостаточности и инсульте. Знать виды ран и правила оказания первой медицинской помощи при ранении, правила наложения жгута и давящей повязки. Знать о возможных причинах клинической смерти и ее признаках; о приемах проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца.

Иметь представление: о национальных интересах, угрозе национальной безопасности России. Знать об истории создания Вооружённых Сил России, о реформе Вооружённых Сил. Знать: функции и основные задачи современных Вооружённых Сил, организационную структуру ВС РФ. Знать: о требованиях воинской деятельности, предъявляемых к моральным и индивидуально-психологическим качествам гражданина. Знать: о днях воинской славы и о формах увековечения памяти. Иметь представление: о дружбе и войсковом товариществе как основе боевой готовности частей и подразделений. Иметь представление: об основных государственных наградах. Иметь представление: о ритуалах и традициях Вооружённых Сил Российской Федерации.

Обучающиеся должны

знать/понимать:

- основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- историю Вооруженных Сил Российской Федерации и Дни воинской славы России;
- состав и предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы (по призыву и по контракту) и альтернативной гражданской службы;
- нормы международного гуманитарного права;
- требования, предъявляемые к уровню подготовленности призывников;
- основные виды воинской деятельности;
- строи отделения и порядок управления ими;
- назначение и боевые свойства автомата Калашникова;
- правила ухода за автоматом, порядок его хранения и сбережения;
- правила подготовки автомата к стрельбе;
- приемы и правила стрельбы из автомата;
- основы современного общевойскового боя;
- общие обязанности солдата в бою;
- основные способы передвижения солдата в бою;

- способы ориентирования на местности и движения по азимутам;
- основные цели и задачи военно-профессиональной ориентации;
- государственные и военные символы Российской Федерации;
- боевые традиции Вооруженных Сил России;
- классы сходных воинских должностей;
- общие требования к безопасности военной службы;
- порядок обязательного государственного страхования жизни и здоровья военнослужащих;
- общую организацию подготовки офицерских кадров для Вооруженных Сил Российской Федерации и правила приема в образовательные учреждения военного профессионального образования;
- правила безопасности при обращении с оружием и при организации учебных стрельб;
- средства массового поражения и их поражающие факторы;
- защитные сооружения гражданской обороны и правила их использования;
- порядок размещения и условия быта военнослужащих;

уметь:

- применять основные способы защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;
 - пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
 - оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять осознанное самоопределение по отношению к военной службе.
 - выполнять строевые приемы на месте и в движении;
 - производить неполную разборку и сборку автомата Калашникова;
 - вести стрельбу из автомата по неподвижным и появляющимся целям;
 - ориентироваться на местности по карте и двигаться в заданную точку по азимуту;
 - пользоваться индивидуальными средствами защиты;
 - использовать приборы радиационной, химической разведки и дозиметрического контроля;
 - выполнять элементы строевой и тактической подготовки;
- выполнять физические упражнения в объеме требований, предъявляемых к молодому пополнению воинских частей и кандидатам, поступающим в высшие военно-учебные заведения;

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- ведения здорового образа жизни; оказания первой медицинской помощи;
- вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи;
- формирования у себя психологической и физической готовности к прохождению военной службы по призыву, к обучению по программам подготовки офицеров запаса на военных кафедрах образовательных учреждений высшего профессионального образования

III. Содержание и структура курса.

Содержание программы выстроено по четырем направлениям: обеспечение личной безопасности в повседневной жизни; оказание первой медицинской помощи; основы здорового образа жизни и основы безопасного поведения человека в чрезвычайных ситуациях.

Структурные компоненты программы представлены в двух учебных модулях «Основы безопасности личности, общества и государства» и «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» и пяти разделах, охватывающих весь объем

содержания, определенный для основной школы в области безопасности жизнедеятельности.

Модульный принцип позволяет эффективнее организовать учебно-воспитательный процесс в области безопасности жизнедеятельности с учетом реальных особенностей в области безопасности, а также более полно использовать межпредметные связи при изучении тематики учебного предмета. Структура предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» при модульном построении содержания образования включает в себя 3 учебных модуля и 6 разделов.

Содержание курса раскрывается в модулях:

I.«Основы безопасности личности, общества и государства» (разделы: «Основы комплексной безопасности», «Защита населения РФ от ЧС природного и техногенного характера», «Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ»)

II. «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» (раздел: «Основы здорового образа жизни», «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи»),

III. «Обеспечение военной безопасности и государства» (разделы: «Основы обороны государства» и «Основы военной службы»)

Модульный принцип построения содержания курса ОБЖ позволяет последовательно и логически взаимосвязано структурировать тематику предмета; повысить эффективность процесса формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности и готовности к военной службе с учетом их возрастных особенностей; эффективней использовать межпредметные связи, что способствует формированию у обучаемых целостной картины окружающего мира. А так же обеспечить непрерывность образования и более тесную преемственность процессов обучения и формирования современного уровня культуры безопасности у учащихся на третьей ступени образования.

Структура и содержание курса 10 класса

| № и тема раздела | Содержание | кол-во часов |
|---|---|--------------|
| Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства | | 16 |
| Раздел 1. Основы комплексной безопасности | Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия. Способы подготовки человека к автономному существованию в природной среде. Обеспечение личной безопасности на дорогах. Правила безопасного поведения пешеходов и пассажиров. Пожарная безопасность. Правила личной безопасности при пожаре. Обеспечение личной безопасности на водоемах в разное время года. Наиболее вероятные ситуации криминогенного характера на улице, в транспорте, в общественном месте, в подъезде дома, в лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью. | 10 |
| Раздел 2. Защита населения РФ от ЧС | Опасные ЧС природного характера, приводящие к гибели людей. Рекомендации населению по правилам безопасного поведения в условиях ЧС природного характера. Рекомендации населению по безопасному поведению в случае возникновения аварии на техногенных объектах. Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС, её предназначение, структура и основные задачи. Положения Конституции РФ, основные законы РФ, положения которые направлены на обеспечение безопасности граждан. Краткое содержание основных положений законов, права и обязанности граждан. | 3 |

| | | |
|--|--|------------------|
| <p>Раздел 3 Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</p> | <p>Терроризм и террористическая деятельность, цели и последствия. Профилактика вовлечения в террористическую деятельность. Экстремизм и экстремистская деятельность. Основные положения Конституции РФ, положения Федеральных законов «О противодействии терроризму», «О противодействии экстремистской деятельности». Роль государства в обеспечении защиты населения страны от террористической и экстремистской деятельности и обеспечение национальной безопасности РФ. Правила поведения при возможной опасности взрыва. Обеспечение личной безопасности в случае захвата в заложники. Обеспечение безопасности при перестрелке.</p> <p>Уголовная ответственность за подготовку и совершение террористического акта (совершение взрыва, поджога или иных действий, создающих опасность гибели людей). Уголовная ответственность за захват заложников, за заведомо ложное сообщение об акте терроризма, за организацию незаконного вооружённого формирования или участие в нём</p> | <p>10</p> |
| <p>Модуль II Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</p> | | |
| <p>Раздел 4. Основы мед. знаний и здорового образа жизни</p> | <p>Необходимость сохранения и укрепления здоровья – важной части подготовки молодежи к военной службе и трудовой деятельности.</p> <p>Основные инфекционные заболевания, причины их возникновения, механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.</p> <p>Здоровый образ жизни как индивидуальная система поведения человека, направленная на сохранение и укрепление здоровья. Влияние биологических ритмов на уровень жизнедеятельности человека. Вредные привычки и их социальные последствия. Личная гигиена, общие понятия и определения.</p> | <p>10</p> |
| <p>Модуль III. Обеспечение военной безопасности государства</p> | | |
| <p>Раздел 5 Основы обороны государства.</p> | <p>Гражданская оборона, как составляющая обороны государства, предназначение и задачи гражданской обороны по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.</p> <p>Основные виды оружия и их поражающие свойства. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.</p> <p>Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Действия населения по сигналам оповещения о ЧС. Защитные сооружения гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях.</p> <p>Средства индивидуальной защиты. Основные средства защиты органов дыхания, средства защиты кожи. Организация проведения аварийно-спасательных работ, организация санитарной обработки людей после пребывания их в зонах заражения. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, её предназначение.</p> | <p>25</p> |

| | | |
|---|--|-----------|
| Раздел 6 Основы военной службы | История создания Вооруженных Сил России. Организация вооружённых сил Московского государства в XIV – XVвв. Военная реформа Ивана IV Грозного в середине XVIв. Военная реформа Петра I Великого, создание регулярной армии, её особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание массовой армии. Создание Советских Вооружённых Сил, их структура и предназначение. Дни воинской славы России – дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства. Состав Вооруженных сил РФ. Виды и рода войск Вооружённых Сил РФ, специальные войска, военные округа и флоты. Руководство и управление Вооружёнными Силами РФ. | 10 |
| | Всего: | 68 |

**Тематический план проведения военно-полевых пятидневных учебных сборов
с участием юношей 10 классов.**

| № п/п | Темы занятий | кол-во часов |
|------------------|---|-------------------------|
| 1 | Основы подготовки гражданина к военной службе. Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. (Устав внутренней службы. Дисциплинарный устав. Строевой устав.) Начальная военная подготовка в войсках. Размещение и быт военнослужащих. Суточный наряд и его обязанности. Организация караульной службы. | 8 |
| 2 | Основы безопасности военной службы. Противопожарная защита. Охрана окружающей среды. | 1 |
| 3 | Строевая подготовка. Строевые приёмы и движение без оружия. Строи отделения, взвода и роты. Движение походным и строевым шагом в составе отделения и взвода. Прохождение торжественным маршем. Прохождение с песней. | 4 |
| 4 | Огневая подготовка. Основы стрельбы из стрелкового оружия. Автомат Калашникова: тренировка и выполнение норматива по неполной разборке и сборке АК-74. Приёмы и правила ведения огня. Меры безопасности при проведении стрельб. Практическая стрельба из пневматической винтовки. | 9 |
| 5 | Тактическая подготовка. Действия солдата в бою. Команды, подаваемые на передвижения в бою и порядок их выполнения. Способы передвижения на поле боя. Выбор и занятие места для стрельбы, оборудование и маскировка окопа для стрельбы лёжа. Преодоление препятствий и заграждений. | 4 |
| 6 | Медицинская подготовка. Оказание само- и взаимопомощи при ранениях и травмах на поле боя. | 2 |
| 7 | Радиационная, химическая и биологическая защита. Приёмы и способы индивидуальной защиты. Преодоление участка местности, заражённого радиоактивными веществами. | 2 |
| 8 | Физическая подготовка. Разучивание и выполнение упражнений комплекса утренней гимнастики. Выполнение упражнений на спортивных снарядах. Сдача нормативов: бег на 100 м, кросс 1 км, метание гранаты (700 г), подтягивание на перекладине. | 5 |
| Всего | | 35 |

Структура и содержание курса 11 класса

| № и тема раздела | Содержание | кол-во часов |
|--|--|--------------|
| Модуль I Основы безопасности личности, общества и государства | | |
| Раздел 1. Основы комплексной безопасности | Пожарная безопасность. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила личной безопасности при пожаре. Обеспечение личной безопасности на водоемах в разное время года. Обеспечение личной безопасности в различных бытовых ситуациях. Безопасное обращение с электричеством, бытовым газом и средствами бытовой химии. Меры безопасности при работе с инструментами. Безопасность и компьютер. | 2 |
| Раздел 2. Основы противодействия терроризму и экстремизму | Нормативно-правовая база борьбы с терроризмом и экстремизмом. Организационные основы системы противодействия терроризму и экстремизму. Национальный антитеррористический комитет, его предназначение, структура, задачи. Роль и место гражданской обороны в противодействии терроризму. Применение Вооруженных Сил РФ в борьбе с терроризмом. Участие Вооруженных Сил РФ в пресечении международной террористической деятельности за пределами страны. Правила безопасного поведения при угрозе теракта. Правила оказания само- и взаимопомощи пострадавшим от теракта. | 3 |
| Модуль II Основы медицинских знаний и здорового образа жизни | | |
| Раздел 3 Основы здорового образа жизни. | Формирование правильных взаимоотношений полов. Факторы, оказывающие влияние на гармонию семейной жизни. Семья в современном обществе. Законодательство и семья. Брак и семья, основные понятия и определения. Условия и порядок заключения брака. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанность родителей. . ВИЧ-инфекция и СПИД, краткая характеристика и основные пути заражения. Профилактика ВИЧ-инфекции. Ответственность за заражение ВИЧ-инфекцией. Меры профилактики. | 3 |
| Раздел 4. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи. | Первая медицинская помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте. Сердечная недостаточность и причины ее возникновения. Инсульт, основные причины его возникновения, признаки возникновения. Первая медицинская помощь при ранениях. Понятие о ране, разновидности ран. Последовательность оказания первой медицинской помощи при ранении. Понятие об асептике и антисептике. Правила остановки артериального кровотечения. Признаки артериального кровотечения, методы временной остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки, правила наложения жгута. Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Основные виды травм опорно-двигательного аппарата и причины их возникновения. | 5 |

| | | |
|---|---|----------|
| | <p>Профилактика травм опорно-двигательного аппарата. Первая медицинская помощь при черепно-мозговой травме, травме груди, травме живота.</p> <p>Черепно-мозговые травмы, основные причины их возникновения и возможные последствия. Первая медицинская помощь. Травма груди, живота, причины ее возникновения, возможные последствия, первая медицинская помощь.</p> <p>Первая медицинская помощь при травмах в области таза, при повреждении позвоночника, спины. Травмы тазовой области, позвоночника, причины их возникновения, возможные последствия, первая медицинская помощь. Первая медицинская помощь при остановке сердца. Реанимация. Правила проведения сердечно-легочной реанимации.</p> | |
| Модуль III Обеспечение военной безопасности государства. | | |
| 5. Основы обороны государства | <p><i>Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России.</i> Основные функции: пресечение вооруженного насилия, обеспечение свободы деятельности в Мировом океане и космическом пространстве, выполнение союзнических обязательств. Основные задачи: по обеспечению военной безопасности; по опережению вооруженного нападения; в операциях по поддержанию мира; во внутренних вооруженных конфликтах.</p> <p><i>Боевое Знамя воинской части.</i> Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы, особо почетный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части. <i>Ордена</i> — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе. История государственных наград России за военные заслуги перед Отечеством.</p> <p><i>Основные понятия о воинской обязанности.</i> Определение воинской обязанности и ее содержание. 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.</p> <p><i>Организация воинского учета.</i> Основное предназначение воинского учета. Государственные органы, осуществляющие воинский учет. Категория граждан, не подлежащих воинскому учету.</p> <p><i>Первоначальная постановка граждан на воинский учет.</i> Время первоначальной постановки граждан на воинский учет. Предназначение профессионально-психологического отбора при первоначальной постановке граждан на воинский учет.</p> <p><i>Обязанности граждан по воинскому учету.</i> Основные обязанности граждан по воинскому учету до призыва их на военную службу и при увольнении с военной службы.</p> <p><i>Обязательная подготовка граждан к военной службе.</i> Основное содержание обязательной подготовки граждан к</p> | 8 |

| | | |
|--|---|----|
| | <p>военной службе, определенное Федеральным законом Российской Федерации «О воинской обязанности и военной службе». Требования к индивидуально-психологическим качествам специалистов по сходным воинским должностям.</p> <p><i>Организация медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет.</i> Основное предназначение и порядок проведения медицинского освидетельствования граждан при постановке их на воинский учет. Категории годности к военной службе по состоянию здоровья граждан.</p> | |
| <p>Раздел 6. Основы военной службы</p> | <p><i>Правовые основы военной службы.</i> Положения Конституции Российской Федерации и федеральных законов Российской Федерации «Об обороне», «О статусе военнослужащих», «О воинской обязанности и военной службе», определяющие правовые основы военной службы.</p> <p><i>Статус военнослужащего.</i> Общие понятия о статусе военнослужащего. Основные права и льготы военнослужащих. Обоснование некоторых ограничений прав и свобод военнослужащего. Время, с которого граждане приобретают статус военнослужащего.</p> <p><i>Общевойсковые уставы. Устав внутренней службы Вооруженных Сил Российской Федерации.</i> Предназначение Устава внутренней службы Вооруженных Сил РФ и его общие положения.</p> <p><i>Строевой устав Вооруженных Сил Российской Федерации.</i> Основное предназначение Строевого Устава Вооруженных Сил Российской Федерации и его общие положения.</p> <p><i>Основные виды воинской деятельности.</i> Основное предназначение и обусловленность воинской деятельности военнослужащего. Учебно-боевая подготовка; служебно-боевая деятельность; реальные боевые действия.</p> <p><i>Основные особенности воинской деятельности.</i> Зависимость воинской деятельности от вида Вооруженных Сил и рода войск, от воинской должности и класса сходных воинских должностей. Общие виды и основные элементы воинской деятельности.</p> <p><i>Требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуально-психологическим качествам гражданина.</i></p> <p><i>Честь и достоинство военнослужащего Вооруженных Сил Российской Федерации.</i> Гуманность и человеколюбие — неотъемлемые качества российского воина. Чувство глубокой ответственности за защиту Родины, готовность к преодолению трудностей при исполнении воинского долга.</p> <p><i>Военнослужащий — подчиненный, строго соблюдающий Конституцию и законы Российской Федерации, выполняющий требования воинских уставов, приказы командиров и начальников.</i> Единоначалие — принцип Вооруженных Сил</p> | 13 |

основы здорового образа жизни и основы безопасного поведения человека в чрезвычайных ситуациях.

Структурные компоненты программы представлены в двух учебных модулях «Основы безопасности личности, общества и государства» и «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» и пяти разделах, охватывающих весь объем содержания, определенный для основной школы в области безопасности жизнедеятельности.

Модульный принцип позволяет эффективнее организовать учебно-воспитательный процесс в области безопасности жизнедеятельности с учетом реальных особенностей в области безопасности, а также более полно использовать межпредметные связи при изучении тематики учебного предмета. **Структура предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»** при модульном построении содержания образования включает в себя 3 учебных модуля и 6 разделов.

Содержание курса раскрывается в модулях:

I. «Основы безопасности личности, общества и государства» (разделы: «Основы комплексной безопасности», «Защита населения РФ от ЧС природного и техногенного характера», «Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ»)

II. «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» (раздел: «Основы здорового образа жизни», «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи»),

III. «Обеспечение военной безопасности и государства» (разделы: «Основы обороны государства» и «Основы военной службы»)

Модульный принцип построения содержания курса ОБЖ позволяет последовательно и логически взаимосвязано структурировать тематику предмета; повысить эффективность процесса формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности и готовности к военной службе с учетом их возрастных особенностей; эффективней использовать межпредметные связи, что способствует формированию у обучаемых целостной картины окружающего мира. А так же обеспечить непрерывность образования и более тесную преемственность процессов обучения и формирования современного уровня культуры безопасности у учащихся на третьей ступени образования.

| № | Тема урока | Количество часов | Домашнее задание | Дата |
|----|--|------------------|------------------|----------|
| 1 | Автономное пребывание человека в природной среде. Входящая контрольная работа | 1 | п.1 | 1 неделя |
| 2 | Практическая подготовка к автономному существованию в природной среде | 1 | п.2 | 1 неделя |
| 3 | Обеспечение личной безопасности на дорогах | 1 | п.3 | 2 неделя |
| 4 | Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях | 1 | п.4 | 2 неделя |
| 5 | Правила личной безопасности при угрозе террористического акта | 1 | п.23 | 3 неделя |
| 6 | Уголовная ответственность за участие в террористической деятельности | 1 | п.23 | 3 неделя |
| 7 | ЧС природного характера, причины их возникновения и возможные последствия | 1 | п.5 | 4неделя |
| 8 | Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС природного характера | 1 | п.6 | 4 неделя |
| 9 | ЧС техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия | 1 | п.7 | 5 неделя |
| 10 | Рекомендации населению по обеспечению личной безопасности в условиях ЧС техногенного характера | 1 | п.8 | 5неделя |
| 11 | Военные угрозы национальной безопасности России | 1 | п.9 | 6 неделя |
| 12 | Характер современных войн и вооружённых конфликтов | 1 | п.10 | 6 неделя |

| | | | | |
|----|---|---|------|-----------|
| 13 | Международный терроризм угроза национальной безопасности России | 1 | п.13 | 7 неделя |
| 14 | Виды террористических актов, их цели и способы осуществления | 1 | п.13 | 7 неделя |
| 15 | Наркотики и национальная безопасность России | 1 | п.13 | 8 неделя |
| 16 | Законы и другие и нормативно – правовые акты РФ по обеспечению безопасности. Контрольная работа | 1 | п.11 | 8 неделя |
| 17 | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), её структура и задачи | 1 | п.12 | 9 неделя |
| 18 | Сохранение и укрепление здоровья – важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности | 1 | п.24 | 9 неделя |
| 19 | Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика | 1 | п.25 | 10 неделя |
| 20 | Здоровый образ жизни | 1 | п.26 | 10 неделя |
| 21 | Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека | 1 | п.27 | 11 неделя |
| 22 | Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека | 1 | п.28 | 11 неделя |
| 23 | Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек | 1 | п.29 | 12 неделя |
| 24 | Гражданская оборона - составная часть обороноспособности страны | 1 | п.30 | 12 неделя |

| | | | | |
|----|--|---|------|-----------|
| 25 | Основные виды оружия и их поражающие факторы | 1 | п.31 | 13 неделя |
| 26 | Оповещение и информирование населения о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени | 1 | п.32 | 13 неделя |
| 27 | Инженерная защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени | 1 | п.33 | 14 неделя |
| 28 | Средства индивидуальной защиты | 1 | п.34 | 14 неделя |
| 29 | Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС | 1 | п.35 | 15 неделя |
| 30 | Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении. Контрольная работа | 1 | п.36 | 15 неделя |
| 31 | История создания Вооружённые Силы РФ | 1 | п.37 | 16 неделя |
| 32 | Памяти поколений – дни воинской славы России | 1 | п.38 | 16 неделя |
| 33 | Состав Вооружённые Силы РФ. Руководство и управление Вооружёнными Силами РФ | 1 | п.39 | 17 неделя |
| 34 | Сухопутные войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника СВ | 1 | п.40 | 17 неделя |
| 35 | Военно-Воздушные Силы, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВС | 1 | п.41 | 18 неделя |
| 36 | Военно-Морской Флот, его состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВМФ | 1 | п.42 | 18 неделя |

| | | | | |
|----|---|---|------|-----------|
| 37 | Ракетные Войска Стратегического Назначения (РВСН), их состав и предназначение. Вооружение и военная техника РВСН | 1 | п.43 | 19неделя |
| 38 | Воздушно-десантные Войска, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВДВ | 1 | п.44 | 19 неделя |
| 39 | Войска Воздушно- Космической Обороны, их состав и предназначение. Вооружение и военная техника ВВКО | 1 | п.45 | 20 неделя |
| 40 | Войска и воинские формирования , не входящие в состав ВС РФ | 1 | п.46 | 20 неделя |
| 41 | Патриотизм и верность воинскому долгу – качества защитника Отечества | 1 | п.47 | 21 неделя |
| 42 | Дружба и войсковое товарищество – основы боевой готовности частей и подразделений | 1 | п.48 | 21 неделя |
| 43 | Размещение военнослужащих | 1 | п.49 | 22 неделя |
| 44 | Распределение времени и повседневный порядок | 1 | п.50 | 22 неделя |
| 45 | Сохранение и укрепление здоровья военнослужащих | 1 | п.51 | 23 неделя |
| 46 | Суточный наряд. Общие положения | 1 | п.52 | 23 неделя |
| 47 | Обязанности дежурного по роте | 1 | п.53 | 24 неделя |
| 48 | Обязанности дневального по роте | 1 | п.54 | 24 неделя |
| 49 | Организация караульной службы. Общие положения | 1 | п.55 | 25 неделя |
| 50 | Часовой и его неприкосновенность. Контрольная работа. | 1 | п.56 | 25 неделя |
| 51 | Обязанности часового | 1 | п.57 | 26 неделя |
| 52 | Строи и управление ими | 1 | п.58 | 26 неделя |

| | | | | |
|----|--|---|------|-----------|
| 53 | Строевые приёмы и движение без оружия одиночно и в составе отделения (практическая отработка навыков) | 1 | п.59 | 27 неделя |
| 54 | Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении(практическая отработка навыков) | 1 | п.60 | 27 неделя |
| 55 | Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него | 1 | п.61 | 28 неделя |
| 56 | Строй отделения, развёрнутый строй, походный строй | 1 | п.62 | 28 неделя |
| 57 | Выполнение воинского приветствия в строю, на месте и в движении | 1 | п.63 | 29 неделя |
| 58 | Назначение и боевые свойства пневматической винтовки МР 512 и автомата Калашникова. Меры безопасности при стрельбе | 1 | п.64 | 29 неделя |
| 59 | Порядок неполной разборки и сборки АК (Практические занятия) | 1 | п.65 | 30 неделя |
| 60 | Порядок неполной разборки и сборки АК (Практические занятия) | 1 | п.66 | 30 неделя |
| 61 | Современный бой | 1 | п.67 | 31 неделя |
| 62 | Обязанности солдата в бою | 1 | п.68 | 31 неделя |
| 63 | Контрольная работа за курс 10 класса | 1 | | 32 неделя |
| 64 | Проект "Моя личная безопасность" | 1 | | 32 неделя |

| | | | | | | |
|----|--|---|------|----|--|--|
| 53 | Строевые приёмы и движение без оружия одиночно и в составе отделения (практическая отработка навыков) | 1 | п.59 | | | |
| 54 | Выполнение воинского приветствия без оружия на месте и в движении(практическая отработка навыков) | 1 | п.60 | | | |
| 55 | Выход из строя и возвращение в строй. Подход к начальнику и отход от него | 1 | п.61 | | | |
| 56 | Строи отделения, развёрнутый строй, походный строй | 1 | п.62 | | | |
| 57 | Выполнение воинского приветствия в строю, на месте и в движении | 1 | п.63 | | | |
| 58 | Назначение и боевые свойства пневматической винтовки МР 512 и автомата Калашникова. Меры безопасности при стрельбе | 1 | п.64 | | | |
| 59 | Порядок неполной разборки и сборки АК (Практические занятия) | 1 | п.65 | | | |
| 60 | Порядок неполной разборки и сборки АК (Практические занятия) | 1 | п.66 | | | |
| 61 | Современный бой | 1 | п.67 | | | |
| 62 | Обязанности солдата в бою | 1 | п.68 | | | |
| 63 | Контрольная работа за курс 10 класса | 1 | | да | | |
| 64 | Проект "Моя личная безопасность" | 1 | | | | |

Календарно-тематическое планирование. 11 класс. ОБЖ.

| № п/п | Наименование темы урока | Кол-во часов | Требования к уровню подготовки | Дом. задание | Дата план | Дата факт |
|-------|---------------------------------|--------------|--|-----------------|-----------|-----------|
| 1 | Личная безопасность при пожаре | 1 | Знать причины пожара в быту. Уметь правильно действовать при опасных ситуациях во время пожара. | §1-2 с.6-17 | | |
| 2 | Личная безопасность на водоемах | 1 | Знать правила безопасного поведения при отдыхе на водоемах. Уметь правильно действовать при опасных ситуациях в быту. | §3-4 с.18-29 | | |

| | | | | | | |
|----|---|---|--|--------------------|--|--|
| 3 | Контртеррористическая операция | 1 | Знать условия проведения контртеррористической операции. Иметь представление о мерах и ограничениях на период проведения контртеррористической операции. | §5-7 с.30-45 | | |
| 4 | Роль гражданской обороны в противодействии терроризму | 1 | Знать направления деятельности ГО при проведении контртеррористической операции. Иметь представление о мероприятиях ГО во время аварийно-спасательных работ в зоне поражения. | §8 с.46-51 | | |
| 5 | Роль Вооруженных Сил РФ в борьбе с терроризмом | 1 | Знать условия применения ВС РФ в борьбе с терроризмом. Иметь представление об операциях по пресечению международной террористической деятельности. | §9-10 с.52-59 | | |
| 6 | Нравственность и здоровый образ жизни | 1 | Знать правила личной гигиены и рационального питания. Соблюдать нормы нравственности и правила семейной жизни. | §11-12 с.62-69 | | |
| 7 | Инфекции, передаваемые половым путем | 1 | Знать признаки основных инфекций, передаваемых половым путем. Соблюдать общие правила профилактики инфекционных заболеваний. | §13-14 с.70-77 | | |
| 8 | Семья в современном обществе | 1 | Знать основные положения Семейного кодекса, роль родителей и детей, их прав и обязанностей. | §15 с.78-81 | | |
| 9 | Первая помощь при острой сердечной недостаточности и инсульте | 1 | Знать причины острой сердечной недостаточности и инсультов. Уметь оказывать первую помощь при ОСН и инсультах. | §16 с.82-85 | | |
| 10 | Первая помощь при ранениях | 1 | Знать основные правила оказания первой помощи. Уметь оказывать первую помощь при ранениях. | §17-19 с.86-97 | | |
| 11 | Первая помощь при травмах | 1 | Знать причины, внешний вид и признаки травм. Уметь оказывать первую помощь при травмах. | §20-23 с.98-113 | | |
| 12 | Первая помощь при остановке сердца | 1 | Знать этапы реанимации. Уметь оказывать экстренную реанимационную помощь. | §24 с.114-119 | | |
| 13 | Основные задачи современных ВС России | 1 | Знать общие положения Военной доктрины РФ. Иметь представление об основных задачах ВС РФ. | §25 с.120-127 | | |
| 14 | Международная (миротворческая) деятельность ВС РФ | 1 | Знать задачи военно-политического сотрудничества РФ. Иметь представление об использовании российских миротворцев в военных конфликтах за рубежом. | §26 с.128-131 | | |
| 15 | Боевое знамя воинской части | 1 | Знать роль Боевого знамени для военнослужащих части. Иметь представление о порядке | §27 с.132- | | |

| | | | | | | |
|----|---|---|--|---------------------|--|--|
| | | | выноса Боевого знамени. | 135 | | |
| 16 | Ордена – почетные награды | 1 | Знать ордена и медали РФ. Иметь представление об истории государственных наград России. | §28 с.136-141 | | |
| 17 | Военная форма одежды | 1 | Знать разновидности военной формы одежды. Иметь представление о знаках различия военнослужащих. | §29 с.142-145 | | |
| 18 | Воинская обязанность и воинский учет | 1 | Знать суть воинской обязанности и обязанности граждан по воинскому учету. Уметь в установленные сроки становиться на воинский учет. | §30-33 с.146-161 | | |
| 19 | Подготовка граждан к военной службе | 1 | Знать перечень воинских должностей. Иметь представление о военно-учетных специальностях. | §34-37 с.162-179 | | |
| 20 | Медицинское освидетельствование граждан | 1 | Знать категории годности к военной службе. Иметь представление о мероприятиях профессионально-психологического отбора. | §38-39 с.180-189 | | |
| 21 | Увольнение граждан с военной службы и пребывание в запасе | 1 | Знать состав запаса и разряды граждан, пребывающих в запасе. Иметь представление о порядке призыва граждан, пребывающих в запасе, на военные сборы. | §40 с.190-193 | | |
| 22 | Статус военнослужащего | 1 | Знать права и свободы военнослужащих. Иметь представление о военных аспектах международного права. | §41-43 с.194-207 | | |
| 23 | Общевойские уставы | 1 | Знать основные положения общевойских уставов. Иметь представление об обязанностях военнослужащих в соответствии воинскими уставами. | §44-48 с.208-227 | | |
| 24 | Основные виды и особенности воинской деятельности | 1 | Знать основные виды и особенности воинской деятельности. Иметь представление о классах сходных воинских должностей. | §49-51 с.208-243 | | |
| 25 | Военнослужащий – патриот, специалист и подчиненный | 1 | Знать основные качества военнослужащего и понятие воинской дисциплины. Иметь представление об основных обязанностях военнослужащих. | §52-56 с.244-263 | | |
| 26 | Вручение Боевого знамени воинской части | 1 | Знать случаи вручения Боевого знамени воинской части. Иметь представление о порядке вручения Боевого знамени воинской части. | §57 с.264-267 | | |
| 27 | Приведение к Военной присяге | 1 | Знать текст Военной присяги (обязательства). Иметь представление о порядке приведения к Военной присяге и ритуале подъема и спуска | §58-60 с.268-279 | | |

| | | | | | | |
|----|--|---|---|--------------------|--|--|
| | | | Государственного флага РФ. | | | |
| 28 | Призыв на военную службу | 1 | Знать перечень документов при явке на призывную комиссию. Иметь представление о порядке и сроках призыва на военную службу. | §61 с.280-283 | | |
| 29 | Порядок прохождения военной службы | 1 | Знать составы, воинские звания и знаки различия военнослужащих. Иметь представление о порядке прохождения военной службы по призыву. | §62 с.284-289 | | |
| 30 | Размещение и быт военнослужащих по призыву | 1 | Знать помещения роты. Иметь представление о порядке размещения военнослужащих в казарме и распорядке дня. | §63 с.290-293 | | |
| 31 | Особенности военной службы по контракту | 1 | Знать условия и сроки контрактной службы. Иметь представление о критериях отбора граждан на военную службу по контракту. | §64 с.294-299 | | |
| 32 | Альтернативная гражданская служба | 1 | Знать условия и сроки альтернативной гражданской службы. Иметь представление о критериях отбора граждан на альтернативную гражданскую службу. | §65 с.300-309 | | |
| 33 | Военные образовательные учреждения | 1 | Знать правила поступления в ВОУ в зависимости от воинской специальности. Иметь представление об истории военного образования в России. | Прил. с.312-315 | | |
| 34 | Резерв | 1 | | | | |

В качестве форм контроля используется тестирование, практические задания, составление памяток по правилам поведения населения в той или иной ситуации, доклады и сообщения учащихся. Итоговый и промежуточный (в конце четверти) контроль знаний обучающихся осуществляется в виде тестирования.

Критерии оценки уровня в подготовке учащихся по предмету ОБЖ

Устный ответ:

Оценка «5» – ответ не требует дополнений, весь материал изложен в полном объеме. Речь правильная.

Оценка «4» – в изложении материала допущены незначительные ошибки, неточности.

Оценка «3» – в усвоении и изложении материала имеются существенные пробелы, изложение не самостоятельное (наводящие вопросы учителя, помощь учащихся), в ответе имеются существенные ошибки.

Письменная работа

Отметка «5»: Учащийся выполнил письменное задание (ситуационную задачу) и обосновал свои действия, грамотно применив соответствующие умения и теоретические знания в конкретной чрезвычайной ситуации;

Отметка «4»: Учащийся выполнил письменное задание (ситуационную задачу), но допустил незначительные ошибки или некоторые неточности при объяснении или обосновании своих действий;

Отметка «3»: Учащийся в основном справился с заданием, но не смог объяснить или обосновать свои действия;

Отметка «2»: Учащийся не смог выполнить задание даже при помощи учителя

Критерии оценок тестовых работ: менее 30% работы-«2», 50 - 30% работы-«3», 90% - 60% работы-«4», 100 - 90% работы-«5»

Промежуточная аттестация качества усвоения содержания учебной программы курса 10 класса.

Промежуточная аттестация по итогам года.

| класс | Тема | Форма | Вид | Дата |
|----------|--|---|------------------------------|------|
| 10 класс | Контрольная работа ««Основы безопасности личности, общества, государства»» | Тестирование, выполнение практических заданий | промежуточный по итогам года | |
| 11 класс | Основы безопасности жизнедеятельности | Контрольная работа | итоговый | . |

График осуществления текущего контроля качества усвоения содержания учебной программы курса 10 класса

| № | Тема | форма | Дата | |
|---|-----------------------------------|---|----------|----------|
| | | | по плану | По факту |
| 1 | Входящий контрольный срез. | Тестирование. Решение ситуативных задач | | |
| 2 | «Основы комплексной безопасности» | Тестирование. Решение ситуативных задач | | |
| 3 | «Основы обороны государства» | Тестирование. Выполнение заданий | | |

График осуществления текущего контроля качества усвоения содержания учебной программы курса 11 класса

| № | Тема | форма | Дата | |
|---|--|--|----------|----------|
| | | | по плану | По факту |
| 1 | Входящая контрольная работа | Тестирование. Решение ситуативных задач | | |
| 2 | Контрольная работа «Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи». | Тестирование, решение ситуативных задач. | | |
| 3 | Контрольная работа «Основы обороны государства» | Тестирование, решение ситуативных задач. | | |

Литература

Основная:

- Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. Программы общеобразовательных учреждений. 10-11 классы. М.: Просвещение 2012 г.
- Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 10 класс: учебник для общеобразовательных учреждений: базовый и профильный уровни/А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под редакцией А.Т. Смирнова, изд-во «Просвещение» - 2011 г.
- Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учебник для общеобразовательных учреждений: базовый и профильный уровни/А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под редакцией А.Т. Смирнова, изд-во «Просвещение» - 2011 г.
- Рабочая тетрадь по ОБЖ за 10 класс. Пособие для учащихся общеобразовательных организаций / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, М.В. Маслов.- М: Просвещение, 2014
- Рабочая тетрадь по ОБЖ за 11 класс. Пособие для учащихся общеобразовательных организаций / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, М.В. Маслов.- М: Просвещение, 2014
- Фролов М.П., Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Астрель-АСТ, 2008;
- Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008;
- Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Ижевский П.В.. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008;
- Основы безопасности жизнедеятельности. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., -М., Просвещение, 2004;
- Основы подготовки к военной службе. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Васнев В.А., Чинённый С.А., -М., Просвещение, 2004;
- Тупикин Е.И., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: Тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10-11 класс: Пособие для преподавателей, -М., Дрофа, 2007;
- Смирнов А.Т. , Васнев В.А. Основы военной службы: учебное пособие, -М., Дрофа, 2004.

Дополнительная

- Шойгу С.К., Воробьев Ю.Л., Фалеев М.И. Основы безопасности жизнедеятельности – 10 класс / Мультимедийный учебник TeachPro™, - М., Федеральный центр науки и высоких технологий ВНИИ ГОЧС МЧС России, 2005;
- Андрейчук В.И. Как себя защитить. – Л.: ГДОИФК. 1990.
- Бабанский Ю.К. Методы обучения в современной школе. – М.: Проваящение, 1985.
- Витренко Н.С., Костров А.М., Подготовка учащихся общеобразовательных школ по гражданской обороне: Учебное пособие по гражданской обороне. –М.: Энергоатомиздат, 1986.
- Волович В.Г. Человек в экстремальных условиях природной среды. – М. Мысль, 1983.
- Гостюшин А.В. Энциклопедия экстремальных ситуаций. -М: Зеркало, 1994.

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

• ОБЖ. Основы безопасности жизни: Учебно-методический журнал. 2004-2008 - №№ 1-12;

• Основы безопасности жизнедеятельности: Информационно-методическое издание для преподавателей. 2004-2008 - №№ 1-12;

• Библиотека журнала «Основы безопасности жизнедеятельности». 2006;

• Арсеньев Е.Н. Работоспособность и здоровье человека на Севере. – Мурманск, Кольский центр «Валеос», 1993.

• 1. Федеральные Законы Российской Федерации «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О воинской обязанности и военной службе», «О статусе военнослужащих», «Об охране окружающей и природной среды», «О безопасности жизнедеятельности», «О безопасности дорожного движения», «О гражданской обороне».

• Фролов М.П., Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Астрель-АСТ, 2008;

• Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Васнев В.А. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для учащихся 11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008;

• Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., Ижевский П.В.. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни: учебник для учащихся 10-11 классов общеобразовательных учреждений, -М., Просвещение, 2008;

• Основы безопасности жизнедеятельности. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Смирнов А.Т. , Мишин Б.И., -М., Просвещение, 2004;

• Основы подготовки к военной службе. Методические материалы и документы. Книга для учителя / Составители Васнев В.А., Чинённый С.А., -М., Просвещение, 2004;

• Тупикин Е.И., Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: Тестовый контроль качества знаний старшеклассников: 10-11 класс: Пособие для преподавателей, -М., Дрофа, 2007;

• Смирнов А.Т. , Васнев В.А. Основы военной службы: учебное пособие, -М., Дрофа, 2004.

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

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

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

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

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

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

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

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

- Основы медицинских знаний учащихся: Пробный учебник для средних учебных заведений / Под редакцией М.И. Гоголева. – М.: Просвещение, 1991.
- Первая доврачебная помощь: Учебное пособие. – М.: Медицина, 1989.
- Сорокин Ю.К. Атлетическая подготовка допризывника. – М.: Советский спорт, 1990.
- Топоров И.К. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебное пособие для преподавателей. СПб., 1992.
- Топоров И.К. Окружающий мир и Основы безопасности жизнедеятельности. Учеб для учащихся 10-11 кл. – М.: Просвещение, 1999.
- Цивилюк Г.Е. Азы личной безопасности. – М.: Просвещение, 1997.
- Чеурин Г.С. Школа экологического выживания: Пособие по курсу ОБЖ. – Алматы. Рауан. 1994.

Интернет-ресурсы

<http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project1132/index.htm> Автономное существование в природе – детям

<http://www.obzh.info> информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности).

<http://www.school-obz.org/> - информационно-методическое издание по основам безопасности жизнедеятельности.

<http://sverdlovsk-school8.nm.ru/docobgd.htm> Для учителя ОБЖД

<http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project1583/index.htm> Правила поведения граждан в чрезвычайных ситуациях.

Первая медицинская помощь <http://www.meduhod.ru/diseases/firstaid.shtml>

Пожарная охрана России <http://www.fireman.ru/>

Сайт о борьбе с наркоманией/ <http://www.narkotiki.ru/>

Сайт о детской и юношеской наркомании. <http://www.medline.narod.ru>

http://kuchmi-obg08.ucoz.ru/load/razrabotki_po_obzh/10_klass/6-1-0-27

http://eduof.ru/pobedsosh/default.asp?ob_no=97109 тесты по ОБЖ

<http://rudocs.exdat.com/docs/index-52205.html?page=4>

<http://www.school-obz.org/> - информационно-методическое издание по основам безопасности жизнедеятельности.

<http://sverdlovsk-school8.nm.ru/docobgd.htm> Для учителя ОБЖД

<http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project1583/index.htm> Правила поведения граждан в чрезвычайных ситуациях.

Первая медицинская помощь <http://www.meduhod.ru/diseases/firstaid.shtml>

Сайт о борьбе с наркоманией/ <http://www.narkotiki.ru/>

Сайт о детской и юношеской наркомании. <http://www.medline.narod.ru>

Информационный портал ОБЖ и БЖД: Всё о Безопасности Жизнедеятельности <http://www.bezopasnost.edu66.ru/>

"Основы безопасности жизнедеятельности" журнал МЧС России.

Информационно-методическое издание для преподавателей school-obz.org

Международная Академия наук экологии и безопасности жизнедеятельности <http://www.maneb.spb.su/>

Искусство выживания <http://www.goodlife.narod.ru>