

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Алтайского края

Комитет по образованию города Барнаула

МБОУ "Лицей №122"

Рассмотрена

на заседании учебно-методической кафедры естественно-математических дисциплин и физической культуры
(протокол от 10.06.2022г. №6)

Согласована

на заседании методического совета
(протокол от 10.06.2022г. № 6)

Согласована

с Педагогическим советом
(протокол от 14.06.2022г. №19)

Утверждена

приказом директора
МБОУ «Лицей №122»
от 14.06.2022г. №173-осн



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

«Основы безопасности жизнедеятельности»

для 10 класса основного общего образования

на 2022-2023 учебный год

Составитель: Щенникова Юлия Вадимовна
учитель физической культуры и ОБЖ

Барнаул 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа для 10 класса представляет собой один из возможных вариантов разработки содержания и тематического планирования учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» (базовый уровень) в старших классах основной школы.

Программа разработана в соответствии с положениями Конституции Российской Федерации, федеральными законами Российской Федерации в области образования и безопасности жизнедеятельности и отвечает требованиям Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования.

Рост техногенных аварий, природных катастроф и социальных конфликтов в современном мире подтверждает актуальность формирования культуры безопасности личности и общества.

Безопасность — характеристика качества благополучия состояния объектов и условий их жизнедеятельности. Обеспечение безопасности объектов требует специальных мер ее организации. Объективные показатели обеспечения безопасности жизнедеятельности могут не совпадать с субъективным ощущением безопасности человеком, людьми.

Под безопасностью понимают состояние защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз. Состояние защищенности определяется объективными показателями организации защиты жизненно важных интересов объектов безопасности и субъективными ощущениями людей о степени защищенности их жизнедеятельности в среде обитания.

Жизненно важные интересы — это совокупность потребностей, удовлетворение которых надежно обеспечивает существование (жизнедеятельность) и возможности прогрессивного развития личности, общества, государства.

К жизненно важным интересам личности относятся прежде всего здоровье, возможность трудиться, отдыхать, учиться, жить в достойных для человека условиях, получать квалифицированную социальную, медицинскую помощь и др. К жизненно важным интересам общества относятся: гражданский мир, стабильное функционирование и прогрессивное развитие экономики, финансовой системы, предприятий общественного хозяйства и социальной сферы, обеспечивающих потребности общества необходимыми товарами и услугами.

К жизненно важным интересам государства (национальным интересам) относятся: суверенитет государства, существующий государственный строй, определяющий взаимоотношения личности и общества с властью, законы общества и др.

Национальные интересы Российской Федерации — совокупность внутренних и внешних потребностей жизни общества, определяющих устойчивое развитие общества и государства во всех сферах жизнедеятельности (внутриполитической, экономической, социальной, международной, военной, экологической и т. д.). Национальная безопасность — состояние защищенности государством своих национальных интересов от внешних и внутренних угроз.

Основные угрозы жизненно важным интересам личности, общества, государства — это неконтролируемые, внезапные, стихийные проявления (действия) сил природного, техногенного и социального характера, которые нарушают привычную жизнедеятельность людей, создают опасные для

жизни и здоровья ситуации, наносят большой ущерб народному хозяйству и природной среде. Это явления как природного характера (биологические, экологические, климатогеографические, техногенные) — аварии, взрывы, катастрофы, так и социального происхождения — войны, грабежи, экстремизм и др. Опасные ситуации подразделяют на экстремальные — сверхопасные для человека и чрезвычайные — сверхопасные для большого количества людей, материальных и природных объектов среды жизнедеятельности людей. Неадекватная оценка степени угрозы собственной безопасности является основной причиной травм, других видов ущерба жизни и здоровью людей на производстве, на транспорте, в разных условиях труда и отдыха.

Научно-технический прогресс позволил создать комфортную искусственную техногенную среду, но ее сложность и опасность требует от людей постоянного внимания, осторожности, знаний правил безопасного поведения, применения правил техники безопасности в разных условиях.

Ключевая идея программы «Основы безопасности жизнедеятельности» — повышение индивидуальной компетентности и культуры безопасного поведения школьника, осознание ответственности за благополучие и безопасность общества. Культура безопасности жизнедеятельности — это совокупность образцов (моделей) мышления, поведения и деятельности личности безопасного типа вследствие соблюдения правил безопасности в разных сферах жизнедеятельности общества. Основу культуры безопасности жизнедеятельности составляет компетентность личности и общества, которая формируется в процессе целенаправленного обучения и самостоятельного опыта соблюдения правил безопасности. Компетентность проявляется в умении распознавать опасные ситуации и предотвращать их появление через соблюдение правил техники безопасности.

Воспитание и самовоспитание культуры безопасности жизнедеятельности проявляются через формирование ответственности, дисциплины, привычки к соблюдению правил безопасности; в развитии главных человеческих качеств: гуманности (человеколюбия), милосердия, взаимопомощи, терпимости (толерантности), любви и доброты по отношению к другим людям.

Рабочая программа выполняет две основные функции:

- 1) информационно-методическая функция позволяет всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития учащихся средствами данного учебного предмета;
- 2) организационно-планирующая функция предусматривает выделение этапов обучения, структурирование учебного материала по учебным модулям, разделам и темам с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса и возрастных особенностей обучающихся старшего школьного возраста.

В программе определен объем содержания образования по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности», дано примерное распределение учебных часов по разделам и темам.

МЕСТО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В соответствии с учебным планом предмет изучается в 10 классе по одному часу в неделю: 34 часа. По окончании 10 класса проводятся учебные сборы по основам военной службы продолжительностью 35 часов. Программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» призвана способствовать освоению учащимися теоретических знаний и практических умений в обеспечении личной и общественной безопасности в настоящем и будущем, в формировании культуры безопасного поведения и деятельности с учетом индивидуальных особенностей. Курс ОБЖ является интегрированным, т. е. объединяет несколько предметных областей (экология, физическая культура, охрана труда, гражданская оборона, начальная военная подготовка, основы медицинских знаний) по проблеме безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Предметные результаты освоения курса ОБЖ ориентированы на освоение обучающимися в рамках интегрированного курса ключевых теорий, идей, понятий, фактов и способов действий совокупности предметов, относящихся к единой предметной области и обеспечивающих реализацию мировоззренческих, воспитательных и развивающих задач по формированию культуры безопасности жизнедеятельности.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства

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

Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания.

Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности. Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания.

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

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

Защита национальной безопасности государства от военных угроз. Защита

личности, общества, государства от угроз социального характера. Противодействие экстремизму.

Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации.

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

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера.

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

Раздел 2. Военная безопасность государства

Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность

Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения. Защита населения и территорий от радиационной опасности. Средства коллективной защиты от оружия массового поражения. Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи.

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

Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы. Состав Вооруженных Сил Российской Федерации. Воинская обязанность и военная служба. Права и обязанности военнослужащих. Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации.

Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

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

Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья. Здоровый образ жизни и его составляющие.

Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики. Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики. Профилактика заболеваний, передающихся половым путем.

Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях

Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок. Правила оказания первой помощи при травмах. Первая помощь при кровотечениях, ранениях. Первая помощь: сердечно-легочная реанимация. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Личностные результаты:

- развитие духовных и физических качеств, определяющих готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению на основе социально одобряемых и рекомендуемых моделей безопасного поведения, определяющих качество формирования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания;
- формирование потребности и осознанной мотивации в следовании правилам здорового образа жизни, в осознанном соблюдении норм и правил безопасности жизнедеятельности в учебной, трудовой, досуговой деятельности;
- развитие готовности и способности к непрерывному самообразованию с целью совершенствования индивидуальной культуры здоровья и безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению своего здоровья, здоровья других людей и окружающей природной среды обитания;
- формирование гуманистических приоритетов в системе ценностно-смысловых установок мировоззренческой сферы обучающихся, отражающих личностную и гражданскую позиции в осознании национальной идентичности, соблюдение принципа толерантности во взаимодействии с людьми в поликультурном социуме;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметные результаты предполагают формирование универсальных учебных действий, определяющих развитие умения учиться. Таким образом, учащиеся приобретают:

умения познавательные, интеллектуальные (аналитические, критические, проектные, исследовательские, работы

с информацией: поиска, выбора, обобщения, сравнения, систематизации и интерпретации):

- формулировать личные понятия о безопасности и учебно-познавательную проблему (задачу);
- анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных и чрезвычайных ситуаций;

• выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

• генерировать идеи, моделировать индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях; планировать — определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

• выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

• находить, обобщать и интерпретировать информацию с использованием учебной литературы по безопасности жизнедеятельности, словарей, Интернета, СМИ и других информационных ресурсов;

• применять теоретические знания в моделировании ситуаций по мерам первой помощи и самопомощи при неотложных состояниях, по формированию здорового образа жизни;

умения коммуникативные:

• взаимодействовать с окружающими, вести конструктивный диалог, понятно выражать свои мысли, слушать собеседника, признавать право другого человека на иное мнение;

• выполнять различные социальные роли в обычной и экстремальной ситуациях, в решении вопросов по обеспечению безопасности личности, общества, государства;

умения регулятивные (организационные):

• саморегуляция и самоуправление собственным поведением и деятельностью — построение индивидуальной образовательной траектории;

• владение навыками учебно-исследовательской и проектной деятельности;

- владение навыками познавательной рефлексии (осознание совершаемых действий и мыслительных процессов, границ своего знания и незнания) для определения новых познавательных задач и средств их достижения;
- владение практическими навыками первой помощи, физической культуры, здорового образа жизни, экологического поведения, психогигиены.

Предметные результаты предполагают формирование основ научного (критического, исследовательского) типа мышления на основе научных представлений о стратегии и тактике безопасности жизнедеятельности; о подходах теории безопасности жизнедеятельности к изучению опасных и чрезвычайных ситуаций; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени; о социально-демографических и экологических процессах на территории России; о подготовке населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, включая противодействие экстремизму, терроризму, наркотизму; о здоровом образе жизни; об оказании первой помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности, о военно-силовых ресурсах государства по защите населения и территорий;

в ценностно-ориентационной сфере:

- ценностные установки, нравственные ориентиры, стратегические приоритеты, мотивы, потребности, принципы мышления и поведения, обеспечивающие выработку индивидуальной культуры безопасности жизнедеятельности, экологического мировоззрения и мотивации, антиэкстремистского поведения, гражданской позиции, умения предвидеть опасные ситуации, выявлять их причины и возможные последствия, проектировать модели безопасного поведения;
- осознание личной ответственности за формирование культуры семейных отношений;

в коммуникативной сфере:

- умение находить необходимую информацию по вопросам безопасности здоровья, адекватно информировать окружающих и службы экстренной помощи об опасной ситуации;
- умение сотрудничать с другими людьми, выполнять совместно необходимые действия по минимизации последствий экстремальной ситуации;
- стремление и умение находить компромиссное решение в сложной ситуации;

в эстетической сфере:

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира;
- умение различать эргономичность, эстетичность и безопасность объектов и среды обитания (жизнедеятельности);

в бытовой, трудовой и досуговой сфере:

- грамотное обращение с бытовыми приборами, техническими устройствами;
- соблюдение правил дорожного движения и поведения на транспорте;
- соблюдение правил отдыха в загородной зоне;
- знание номеров телефонов для вызова экстренных служб;
- умение оказывать первую помощь;
- правоохранительное поведение в социальной и природоохранной сфере;

в сфере физической культуры и здорового образа жизни:

- накопление опыта физического и психического совершенствования средствами спортивно-оздоровительной деятельности, здорового образа жизни;
- выработка привычки к соблюдению правил техники безопасности при развитии физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, координации, скоростных качеств, обеспечивающих двигательную активность;
- соблюдение рационального режима труда и отдыха для того, чтобы выдерживать высокую умственную нагрузку старшеклассников, осуществлять профилактику утомления и дистресса здоровыми способами физической активности;
- умение правильно оказывать первую помощь при травмах на занятиях физической культурой и в экстремальных ситуациях.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изуче ния	Виды деятельности	Виды, формы контро ля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всег о	контроль ные работы	практиче ские работы				
Раздел 1. Основы безопасности личности, общества, государства (15 ч)								
Глава 1. Научные основы обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания (5 ч)								
1.	Культура безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания	1	0	0		Актуализируют ранее полученные знания о роли государства в обеспечении безопасности личности и общества. Характеризуют значение культуры безопасности жизнедеятельности личности и общества в современном мире. Формулируют личные понятия о безопасности	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5820/main/10228/
2.	Междисциплинарные основы теории безопасности жизнедеятельности	1	0	0		Изучают задачи создания научной теории безопасности жизнедеятельности. Характеризуют стратегию и тактику управления безопасностью жизнедеятельности	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5472/start/148431/
3.	Экологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	1	0	0		Анализируют причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций. Выявляют причинноследственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека. Генерируют идеи, моделируют индивидуальные решения по обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4814/start/
4	Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	1	0	0		Выявляют общие принципы, закономерности и механизмы адаптации человека. Характеризуют медико-биологические основы здоровья человека	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4814/main/

5	Психологические основы безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания	1	0	0		Определяют цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. Выбирают средства реализации поставленных целей, оценивают результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4814/main/
---	---	---	---	---	--	---	---------------	---

Глава 2. Законодательные основы обеспечения безопасности личности, общества, государства (5 ч)

6.	Права и обязанности государства и граждан России по обеспечению безопасности жизнедеятельности	1	0	0		Характеризуют и формулируют основное содержание федеральных законов и подзаконных актов. Рассматривают нормы международного права и положения Конституции Российской Федерации по правам человека	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3996/start/
7.	Защита национальной безопасности государства от военных угроз	1	0	0		Анализируют военные угрозы национальной безопасности России. Характеризуют Стратегию национальной безопасности. Работают с текстом	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3996/main/
8.	Защита личности, общества, государства от угроз социального характера	1	0	0		Анализируют военную политику государства. Приводят примеры вооруженных конфликтов; локальных, региональных и крупномасштабных войн. Работают с интерактивными схемами и заданиями. Характеризуют внутренние опасности России. Устанавливают и сравнивают разные точки зрения	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3996/main/
9.	Противодействие экстремизму	1	0	0		Изучают федеральные законы по защите от экстремизма. Характеризуют основные принципы и направления противодействия экстремизму. Определяют направления деятельности спецслужб и правоохранительных органов	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5831/main/
10.	Противодействие терроризму, наркотизму в Российской Федерации	1	0	0		Характеризуют меры противодействия терроризму и наркотизму. Изучают федеральные законы по защите населения от социальных угроз. Приобретают навыки противостояния социальным угрозам, вырабатывают нравственные качества и убеждения	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4012/start/228635/

Глава 3. Организационные основы защиты населения и территорий России в чрезвычайных ситуациях (5 ч)

11.	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	1	0	0		Рассматривают территориальные и функциональные подсистемы, режим функционирования РСЧС. Характеризуют структуру и содержание плана действий по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Формулируют основные задачи и формы обучения в области гражданской обороны	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4012/main/
12	Основные мероприятия РСЧС и гражданской обороны по защите населения и	1	0	0		Характеризуют предназначение и основные задачи гражданской обороны. Рассматривают структуру и органы управления. Изучают основные меры защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Называют права и обязанности граждан в области гражданской обороны. Совершенствуют практические навыки и умения при выполнении действий по сигналам оповещения	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5474/start/
13.	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного характера	1	0	0		Характеризуют опасные природные явления и их последствия, перечисляют поражающие факторы и особенности чрезвычайных ситуаций природного характера. Закрепляют правила безопасного поведения в зоне чрезвычайных ситуаций природного характера	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5474/main/
14.	Защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций техногенного характера	1	0	0		Характеризуют чрезвычайные ситуации техногенного характера. Закрепляют правила безопасного поведения в зоне чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Характеризуют правила безопасного поведения при оповещении об аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5474/main/
15.	Чрезвычайные ситуации на инженерных сооружениях, дорогах, транспорте. Страхование	1	0	0		Работают в группах. Решают ситуационные задачи, выполняют интерактивные задания. Закрепляют и совершенствуют правила безопасного поведения на транспорте. Выясняют роль инженерной защиты в системе мер по защите населения. Объясняют необходимость добровольного и обязательного страхования	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5826/main/

Раздел 2. Военная безопасность государства (10 ч)

Глава 4. Чрезвычайные ситуации военного характера и безопасность (5 ч)

16.	Защита населения и территорий от военной опасности, оружия массового поражения и современных обычных средств поражения	1	0	0		Рассматривают чрезвычайные ситуации военного характера и различные виды оружия массового поражения. Характеризуют индивидуальные и коллективные средства защиты населения.	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4818/start/
17.	Защита населения и территорий от радиационной опасности	1	0	0		Характеризуют радиационную безопасность населения и территорий. Формулируют общие рекомендации при угрозе ядерного заражения. Работают с интерактивными схемами и заданиями	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4818/main/
18.	Средства коллективной защиты от оружия массового поражения	1	0	0		Рассматривают средства коллективной защиты населения. Закрепляют знания о защитных свойствах и характерных особенностях убежищ и укрытий. Характеризуют особенности противорадиационного укрытия	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4819/start/

19.	Защита населения и территорий от биологической и экологической опасности	1	0	0		Актуализируют знания по экологической безопасности. Характеризуют источники биолого-социальной и экологической опасности. Изучают характеристику биологических чрезвычайных ситуаций	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4819/main/
20.	Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи	1	0	0		Актуализируют полученные ранее знания о специальных и простейших средствах индивидуальной защиты органов дыхания. Характеризуют виды и особенности противогазов. Совершенствуют умения и навыки практического применения средств индивидуальной защиты органов дыхания и кожи	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5826/start/148494/
Глава 5. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз (5 ч)								
21.	Вооруженные Силы Российской Федерации: организационные основы	1	0	0		Характеризуют структуру и анализируют организационную основу Вооруженных Сил Российской Федерации. Расширяют знания о структуре Вооруженных Сил	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/3988/start/104732/
22.	Состав Вооруженных Сил Российской Федерации	1	0	0		Анализируют состав и основные задачи Вооруженных Сил Российской Федерации. Актуализируют знания и дают краткую характеристику видов Вооруженных Сил. Закрепляют знание федеральных законов. Определяют главное предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5828/start/

23.	Воинская обязанность и военная служба	1	0	0		Закрепляют знание законодательных основ военной службы в Вооруженных Силах Российской Федерации. Определяют структуру и содержание воинской обязанности	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5828/main/
24.	Права и обязанности военнослужащих	1	0	0		Рассматривают законодательные основы социальной защиты военнослужащих. Изучают права и обязанности военнослужащих. Характеризуют общие, должностные, специальные обязанности военнослужащих, виды поощрений и дисциплинарных взысканий	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5507/start/110279/
25.	Боевые традиции и ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации	1	0	0		Характеризуют боевые традиции и структуру воинских ритуалов. Изучают порядок проведения наиболее важных ритуалов Вооруженных Сил Российской Федерации. Работают в группах. Решают ситуационные задачи	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5507/main/

Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10 ч)

Глава 6. Факторы риска нарушений здоровья: инфекционные и неинфекционные заболевания (5 ч)

26	Медицинское обеспечение индивидуального и общественного здоровья	1	0	0		Объясняют социальную обусловленность здоровья человека в современной среде обитания. Анализируют понятия «индивидуальное здоровье» и «общественное здоровье». Делают умозаключения и формулируют выводы	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5824/start/98883/
----	--	---	---	---	--	---	---------------	---

27.	Здоровый образ жизни и его составляющие	1	0	0		Раскрывают сущность понятия «здоровый образ жизни», его значение и составляющие. Формируют целостное представление о здоровом образе жизни как средстве обеспечения общего благополучия человека	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5824/main/
28.	Инфекционные заболевания: их особенности и меры профилактики	1	0	0		Расширяют знания об инфекционных заболеваниях и методах их профилактики. Перечисляют источники инфекционных заболеваний и факторы риска. Характеризуют меры профилактики инфекционных заболеваний	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/5824/main/
29.	Факторы риска неинфекционных заболеваний и меры их профилактики	1	0	0		Актуализируют знания об основных неинфекционных заболеваниях. Перечисляют и характеризуют факторы риска неинфекционных и сердечно-сосудистых заболеваний. Объясняют меры профилактики	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4817/main/
30.	Профилактика заболеваний, передающихся половым путем	1	0	0		Формируют целостное представление о культуре взаимоотношений юношей и девушек. Изучают и анализируют симптомы, последствия заболеваний, передающихся половым путем, и меры профилактики. Систематизируют знания по данной теме	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4817/main/
Глава 7. Оказание первой помощи при неотложных состояниях (5 ч)								
31.	Первая помощь при неотложных состояниях: закон и порядок	1	0	0		Актуализируют знания по оказанию помощи при неотложных состояниях. Характеризуют неотложные состояния, требующие оказания первой помощи. Работают с интерактивными заданиями	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4983/start/
32.	Правила оказания первой помощи при травмах	1	0	0		Актуализируют и расширяют знания по данной теме. Практически отрабатывают порядок оказания первой помощи при травмах. Перечисляют противошоковые мероприятия	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4983/main/

33.	Первая помощь при кровотечениях, ранениях	1	0	0		Характеризуют виды кровотечений и способы их остановки. Расширяют и систематизируют свои знания по данной теме. Практически отрабатывают умения остановки кровотечений различными способами	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4984/start/
34	Первая помощь: сердечно-легочная реанимация. Первая помощь при ушибах, растяжении связок, вывихах, переломах	1	0	0		Систематизируют и расширяют знания о проведении сердечно-легочной реанимации. Практически отрабатывают умения. Характеризуют признаки жизни и признаки смерти. Перечисляют порядок оказания реанимационных мероприятий. Перечисляют порядок действий при оказании первой помощи при ушибах, вывихах, растяжении связок и переломах. Систематизируют знания об иммобилизации и транспортировке. Демонстрируют практические умения	Устный опрос;	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4984/main/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		34	0	0				

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Ким С. В., Горский В. А. Основы безопасности жизнедеятельности. Базовый уровень. 10—11 классы: учебник. — М.: Вентана-Граф.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Ким С. В. Основы безопасности жизнедеятельности. 10— 11 классы: методическое пособие. — М.: Вентана-Граф

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4983/start/>

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4983/main/>

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4984/start/>

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4984/main/>

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5824/main/>

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/5824/main/>

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4817/main/>

<https://resh.edu.ru/subject/lesson/4817/main/>

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Стенды, тренажеры первой помощи, противогазы, автоматы, лазерный тир

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЛАБОРАТОРНЫХ, ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ, ДЕМОНСТРАЦИЙ

Интерактивная доска, проектор, ноутбук, колонки

