

Российская Федерация  
Тюменская область  
Ханты-Мансийский автономный округ – Югра  
Нижневартовский район  
муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Новоаганская очно-заочная школа»

РАССМОТРЕНО  
Педагогическим советом  
школы  
Протокол № 2 от 30.08.2023г.

СОГЛАСОВАНО  
Заместитель директора  
Е.А. Кудря\_\_\_\_\_  
31.08.2023г.

УТВЕРЖДЕНО  
Директор школы  
Т.В. Перец\_\_\_\_\_  
Приказ № 252-ос  
от 31.08.2023г.

**АДАптированная РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ОБЖ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 10 КЛАССА**

Разработана преподаватель ОБЖ  
Кожаев М.Н

2023-2024 учебный год

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная рабочая программа по учебному предмету «ОБЖ» для обучающихся с задержкой психического развития для 10 класса составлена на основе примерной адаптированной основной образовательной программы начального общего образования обучающихся с задержкой психического развития, которая является учебно-методической документацией, определяющей рекомендуемые федеральным государственным образовательным стандартом объем и содержание образования, планируемые результаты освоения образовательной программы, примерные условия образовательной деятельности.

Нормативно-правовую базу разработки рабочей программы учебного предмета «ОБЖ» (10класс) составляют:

1. Федеральный закон Российской Федерации «Об образовании в Российской Федерации» N 273-ФЗ (в ред. Федеральных законов от 07.05.2013 года

2. N 99-ФЗ, от 23.07.2013 N 203-ФЗ);

3. Приказ Министерства Образования и науки Российской Федерации от 10.04.2002 года № 29/2065-п «Об утверждении учебных планов специальных (коррекционных) образовательных учреждений для обучающихся, воспитанников с отклонениями в развитии»;

4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 19.12.2014 года №1598 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта образования обучающихся с задержкой психического развития»;

Программа составлена на основе «Комплексной программы по ОБЖ для 5 – 11 классов» Авторы программы: кандидат педагогических наук А.Т. Смирнов ; Б. О.Хренников.

Данный курс предусматривает ознакомление учащихся с правилами поведения и действиями в чрезвычайных ситуациях. Он направлен на приобретение учащимися знаний и умений по защите жизни и здоровья в неблагоприятных, угрожающих их безопасности условиях. Учащиеся приобретают практические навыки по оказанию первой медицинской помощи и знания о здоровом образе жизни. Программа состоит из двух разделов: «Опасные и ЧС техногенного характера, безопасность и защита человека»; «Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения». **Характеристика учащихся, которым адресована программа.**

Программа устанавливает единые направления коррекционной работы и базовые требования к результатам обучения в сфере формирования жизненной компетенции ребёнка с ОВЗ

Данная программа предусматривает обучение ребенка с особыми образовательными потребностями (с задержкой психического развития). Форма получения образования обучающимися – очная. Класс интегрированный, преподавание предмета ведётся с учётом индивидуальных особенностей данной категории детей. Учебный материал ведётся дифференцированно. Задания и упражнения для этих детей отличаются заниженным уровнем сложности. Они более простые, доступные пониманию. Во время выполнения контрольных и самостоятельных работ предусматриваются задания другого уровня сложности.

Дети с ЗПР – это преимущественно дети с нормальным интеллектом, у которых отсутствует мотивация к учебе, либо имеется отставание в овладении школьными навыками.

Дети с ЗПР испытывают стойкие затруднения в обучении, хотя они не имеют ярко выраженных сенсорных отклонений, грубых нарушений интеллектуального и речевого развития. Трудности обучения таких детей обусловлены не только социальными факторами или педагогической запущенностью, но и определенными изменениями функционального состояния мозга, вследствие соматической ослабленности или негрубой церебрально-органической дисфункции, приводящие к замедлению темпа развития. Своеобразие психической деятельности учащихся, на которых рассчитана программа, характеризуется тем, что они имеют:

- низкий уровень познавательной активности, вследствие чего эти дети овладевают гораздо меньшим объемом знаний и представлений об окружающем мире, чем их нормально развивающиеся сверстники;
- усвоение знаний носит пассивный характер, знания с трудом актуализируются;
- слабый уровень развития познавательной сферы (внимания, памяти, мышления, речи, интересов) и эмоциональной сферы.

Вместе с тем дети с ЗПР имеют потенциальные возможности. Однако, эти возможности реализуются в условиях, когда познавательная деятельность учащихся специально стимулируется.

Необходимо тщательно отбирать и комбинировать методы и приемы обучения с целью смены видов деятельности детей, изменения доминантного анализатора, включения в работу большинства анализаторов; использовать ориентировочную основу действий (опорных сигналов, алгоритмов, образцов выполнения задания).

При организации учебного процесса следует исходить из возможностей ребёнка – задание должно лежать в зоне умеренной трудности, но быть доступным, так как на первых этапах коррекционной работы необходимо обеспечить ученику субъективные переживания успеха на фоне

определённой затраты усилий. В дальнейшем трудность заданий следует увеличивать пропорционально возрастающим возможностям ребёнка.

## 2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ КУРСА

**Цели:** коррекция и развитие учебно-познавательной деятельности школьников с ЗПР с целью усвоения ими учебного материала и создание условий успешности.

**Задачи:**

- **освоение знаний** о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; о здоровье и здоровом образе жизни; о государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об основах обороны государства, о порядке подготовки граждан к военной службе, призыва и поступления на военную службу, прохождения военной службы по призыву, контракту и альтернативной гражданской службы, об обязанностях граждан по защите государства;

- **овладение умением** оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим; осуществлять осознанное профессиональное самоопределение по отношению к военной службе и военной профессии;

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

## 3. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ

- умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою познавательную деятельность;
- использование элементов причинно-следственного и структурнофункционального анализа;
- участие в проектной деятельности, в организации и проведении учебно-исследовательской работе;
- осуществлять поиск нужной информации по заданной теме в источниках различного типа;

- проводить оценивание и корректировку своего поведения в окружающей среде,
- выполнять в практической деятельности и в повседневной жизни экологические требования;

#### 4. ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№	Разделы	Кол-во часов
1.	Опасные ЧС и правила безопасного поведения.	6
2.	Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны	6
3.	Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний	2
4.	Основы здорового образа жизни	4
5.	ВС РФ – защитники нашего отечества и его национальных интересов	3
6.	Боевые традиции ВС РФ	3
7.	Символы воинской чести	3
8.	Основы военной службы	6
9.	Промежуточная аттестация	1
	Итого:	34

#### 5. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

##### Раздел I. Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях

1. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни, и правила безопасного поведения

1. Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях.

Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовка к безопасному поведению в условиях автономного существования.

2. Автономное существование человека в условиях природной среды.

Отработка правил ориентирования на местности, движения по азимуту, правил обеспечения водой и питанием. Оборудование временного жилища, добыча огня.

### 3. Правила поведения в ситуациях криминогенного характера

Обсуждение с обучающимися наиболее возможных ситуаций при встрече с насильниками и хулиганами на улице, в транспорте, общественном месте, подъезде дома, лифте. Правила безопасного поведения в местах с повышенной криминогенной опасностью: на рынке, стадионе, вокзале и др.

### 4. Уголовная ответственность несовершеннолетних

Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Виды наказаний, назначаемых несовершеннолетним.

Правила поведения в общественном транспорте. Уголовная ответственность за приведение в негодность транспортных средств или нарушение правил, обеспечивающих безопасную работу транспорта.

Хулиганство и вандализм, общие понятия. Виды хулиганских действий (грубое нарушение общественного порядка, повреждение чужого

имущества). Уголовная ответственность за хулиганские действия и вандализм.

#### 5. Правила поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера

Краткая характеристика наиболее вероятных для данной местности и района проживания чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Отработка правил поведения при получении сигнала о чрезвычайной ситуации и одного из возможных вариантов, предусмотренных планом образовательного учреждения (укрытие в защитных сооружениях, эвакуация и др.).

#### 6. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС), ее структура и задачи.

РСЧС, история ее создания, предназначение, структура, задачи решаемые по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Правила и обязанности граждан в области защиты от чрезвычайных ситуаций.

#### 7. Законы и другие нормативно-правовые акты Российской Федерации по обеспечению безопасности

Положения Конституции Российской Федерации, гарантирующие права и свободы человека и гражданина. Основные законы Российской Федерации, положения которых направлены на обеспечение безопасности граждан (Федеральные законы «О защите населения территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О противодействии терроризму» и др.). Краткое содержание законов, основные права и обязанности граждан.

#### 2. Гражданская оборона — составная часть обороноспособности страны

##### 1. Гражданская оборона, основные понятия и определения, задачи гражданской обороны

Гражданская оборона, история ее создания, предназначение и задачи по обеспечению защиты населения от опасностей, возникающих при ведении боевых действий или вследствие этих действий.

Организация управления гражданской обороной. Структура управления и органы управления гражданской обороной.

##### 2. Ядерное и химическое оружие.

Классификация отравляющих веществ (ОВ) по предназначению и воздействию на организм.

##### 3. Бактериологическое (биологическое) оружие. Современные средства поражения, их поражающие факторы.

Современные средства поражения, их поражающие факторы, мероприятия по защите населения. Мероприятия, проводимые по защите населения от современных средств поражения.

4. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в чрезвычайных ситуациях военного и мирного времени

Система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Порядок подачи сигнала «Внимание всем!». Передача речевой информации о чрезвычайной ситуации, примерное ее содержание, действия населения по сигналам оповещения о чрезвычайных ситуациях.

5. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Защитные сооружения гражданской обороны. Основное предназначение защитных сооружений гражданской обороны. Виды защитных сооружений. Правила поведения в защитных сооружениях (занятие целесообразно проводить в имеющихся защитных сооружениях).

6. Средства индивидуальной защиты

Основные средства защиты органов дыхания и правила их использования. Средства защиты кожи. Медицинские средства защиты и профилактики. Практические занятия. Отработать порядок получения и пользования средствами индивидуальной защиты.

7. Организация проведения аварийно-спасательных работ в зоне чрезвычайных ситуаций

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

8. Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении  
Организация гражданской обороны в общеобразовательном учреждении, ее предназначение. План гражданской обороны образовательного учреждения. Обязанности обучаемых.

## **Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

3. Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний

1. Сохранение и укрепление здоровья — важная часть подготовки юноши допризывного возраста к военной службе и трудовой деятельности

Здоровье человека, общие понятия и определения. Здоровье индивидуальное и общественное. Здоровье духовное и физическое. Основные критерии здоровья. Влияние окружающей среды на здоровье человека в процессе жизнедеятельности. Необходимость сохранения и укрепления здоровья — социальная потребность общества.

2. Классификация, пути передачи и профилактика инфекционных заболеваний  
Инфекционные заболевания, причины их возникновения,



механизм передачи инфекций. Классификация инфекционных заболеваний. Понятие об иммунитете, экстренной и специфической профилактике.

### 3. Наиболее распространенные инфекционные заболевания

Механизм передачи инфекции. Профилактика наиболее часто встречающихся инфекционных заболеваний.

### 4. Основы здорового образа жизни

#### 1. Здоровый образ жизни и его составляющие

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

#### 2. Значение двигательной активности и физической культуры для здоровья человека

Значение двигательной активности для здоровья человека в процессе его жизнедеятельности. Необходимость выработки привычек к систематическим занятиям физической культурой для обеспечения высокого уровня работоспособности и долголетия.

Физиологические особенности влияния закалывающих процедур на организм человека и укрепление его здоровья. Правила использования факторов окружающей природной среды для закалывания. Необходимость выработки привычки к систематическому выполнению закалывающих процедур.

#### 3. Употребление табака и его влияние на организм человека

Курение и его влияние на состояние здоровья. Табачный дым и его составные части. Влияние курения на нервную и сердечно-сосудистую системы. Пассивное курение и его влияние на здоровье.

#### 4. Употребление алкоголя и его влияние на здоровье человека

Алкоголь, влияние алкоголя на здоровье и поведение человека и социальные последствия употребления алкоголя, снижение умственной и физической работоспособности.

#### 5. Наркомания и токсикомания

Наркотики. Наркомания и токсикомания, общие понятия и определения. Социальные последствия пристрастия к наркотикам. Профилактика наркомании, чистота и культура в быту.

## **Раздел III. Основы военной службы**

## 5. Вооруженные Силы Российской Федерации — защитники нашего Отечества

1. История создания Вооруженных Сил Российской Федерации Организация вооруженных сил Московского государства в XIV—XV вв. Военная реформа Ивана Грозного в середине XVI в. Военная реформа Петра I, создание регулярной армии, ее особенности. Военные реформы в России во второй половине XIX в., создание массовой армии.

Создание советских Вооруженных Сил, их структура и предназначение. Вооруженные Силы Российской Федерации, основные предпосылки проведения военной реформы.

2. Организационная структура Вооруженных Сил.  
Виды

Вооруженных Сил, рода войск. История их создания и предназначение

Организационная структура Вооруженных Сил. Виды Вооруженных Сил и рода войск.

Сухопутные войска, история создания, предназначение, рода войск, входящие в сухопутные войска.

Военно-воздушные силы, история создания, предназначение, рода авиации. Войска ПВО, история создания, предназначение, решаемые задачи.

Включение ПВО в состав ВВС.

Военно-морской флот, история создания, предназначение.

3. Рода войск, не входящих в виды Вооруженных Сил РФ, специальные войска. Тыл Вооруженных Сил РФ.

Отдельные рода войск.

Ракетные войска стратегического назначения, воздушно-десантные войска, космические войска, их предназначение, обеспечение высокого уровня боеготовности.

4. Функции и основные задачи современных Вооруженных Сил России, их роль и место в системе обеспечения национальной безопасности страны. Реформа Вооруженных Сил.

Вооруженные Силы Российской Федерации — государственная военная организация, составляющая основу обороны страны. Руководство и управление Вооруженными Силами. Реформа Вооруженных Сил, ее этапы и их основное содержание.

5. Другие войска, их состав и предназначение Пограничные войска Федеральной службы безопасности, внутренние войска Министерства внутренних дел, войска гражданской обороны, их состав и предназначение.

6. Боевые традиции Вооруженных Сил России

1. Патриотизм и верность воинскому долгу — качества защитника Отечества. 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.

Основные составляющие личности военнослужащего — защитника Отечества, способного с честью и достоинством выполнить воинский долг. 2.

Памяти поколений — дни воинской славы России

Дни воинской славы России — дни славных побед, сыгравших решающую роль в истории государства.

Основные формы увековечения памяти российских воинов, отличившихся в сражениях, связанных с днями воинской славы России.

3. Дружба, войсковое товарищество — основа боевой готовности частей и подразделений. Особенности воинского коллектива, значение войскового товарищества в боевых условиях и повседневной жизни частей и подразделений.

Войсковое товарищество — боевая традиция Российской армии и флота.

6. Символы воинской чести

1. Боевое Знамя воинской части — символ воинской чести, доблести и славы. Боевое Знамя воинской части — особо почетный знак, отличающий особенности боевого предназначения, истории и заслуг воинской части.

Ритуал вручения Боевого Знамени воинской части, порядок его хранения и содержания.

2. Ордена — почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе

История государственных наград за военные отличия в России. Основные государственные награды СССР и России, звания Герой Советского Союза, Герой Российской Федерации.

3. Ритуалы Вооруженных Сил Российской Федерации Ритуал приведения к военной присяге. Ритуал вручения Боевого

Знамени воинской части. Порядок вручения личному составу вооружения и военной техники. Порядок проводов военнослужащих, уволенных в запас или отставку.

## 6. КАЛЕНДАРНО- ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема занятий	Колво часов	Дата план	Дата факт
<b>1.</b>	<b>Опасные ЧС и правила безопасного поведения.</b>	<b>6</b>		
1	Правила поведения в условиях вынужденной автономии в природе.	1	4.09	
2	Правила поведения в ситуациях криминогенного характера	1	11.09	
3	Правила поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера.	1	18.09	
4	Единая государственная система предупреждения и ликвидации ЧС	1	25.09	
5	Законы и другие нормативно – правовые акты РФ по обеспечению безопасности.	1	2.10	
6	Уголовная ответственность несовершеннолетних.	1	9.10	
<b>2.</b>	<b>Гражданская оборона – составная часть обороноспособности страны.</b>	<b>6</b>		
7	Гражданская оборона: основные понятия, определения и задачи.	1	16.10	
8	Современные средства поражения.	1	23.10	
9	Оповещение населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени.	1	6.11	

10	Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов ЧС мирного и военного времени. Средства индивидуальной защиты	1	13.11	
11	Мероприятия по защите населения при угрозе ЧС и применения современных средств поражения.	1	20.11	
12	Организация ГО в общеобразовательных учреждениях.	1	27.11	
<b>3.</b>	<b>Основы медицинских знаний и профилактика инфекционных заболеваний</b>	<b>2</b>		
13	Сохранение и укрепление здоровья важная забота каждого человека и всего общества.	1	4.12	
14	Основные инфекционные заболевания, их классификация и профилактика.	1	11.12	
<b>4.</b>	<b>Основы здорового образа жизни</b>	<b>4</b>		
15	Здоровый образ жизни и его составляющие. Культура питания	1	18.12	
16	Биологические ритмы и их влияние на работоспособность человека.	1	25.12	
17	Значение двигательной активности и закаливания организма для здоровья человека.	1	8.01	
18	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек.	1	15.01	
<b>5.</b>	<b>ВС РФ – защитники нашего отечества и его национальных интересов</b>	<b>3</b>		
19	Родина и ее национальная безопасность	1	22.01	
20	История создания и развития ВС РФ	1	29.01	
21	Состав ВС РФ	1	5.02	
<b>6.</b>	<b>Боевые традиции ВС РФ</b>	<b>3</b>		
22	Патриотизм, верность воинскому долгу.	1	12.02	

23	Память поколений – дни воинской славы России.	1	19.02	
24	Дружба и войсковое товарищество – основа боевой готовности войск.	1	26.02	
<b>7.</b>	<b>Символы воинской чести</b>	<b>3</b>		
25	Боевое знамя воинской части – символ воинской чести, доблести и славы	1	4.03	
26	Ордена – почетные награды за воинские отличия и заслуги в бою и военной службе.	1	11.03	
27	Ритуалы ВС РФ	1	18.03	
<b>8</b>	<b>Основы военной службы</b>	<b>7</b>		
28	Организация занятий и меры безопасности при проведении учебных сборов.	1	1.04	
29	Размещение и быт военнослужащих.	1	8.04	
30	Суточный наряд. Организация караульной службы. Обязанности часового.	1	15.04	
31	Промежуточная аттестация. Тест.	1	22.04	
32	Строевая подготовка.	1	29.04	
33	Огневая подготовка. Автомат Калашникова	1	6.05	
34	Тактическая подготовка	1	13.05	

## 7. КОНТРОЛЬ ЗНАНИЙ

Устный опрос является одним из методов учета знаний, умений и навыков обучающихся с ОВЗ. При оценивании устных ответов принимается во внимание:

- правильность ответа по содержанию, свидетельствующая об осознанности усвоения изученного материала;
- полнота ответа;
- умение практически применять свои знания;
- последовательность изложения и речевое оформление ответа.

Критерии для оценивания ответов являются общими для всех предметов.

Оценка «5» ставится обучающемуся, если он: обнаруживает понимание материала, может с помощью учителя сформулировать, обосновать самостоятельно ответ, привести необходимые примеры; допускает единичные ошибки, которые сам исправляет.

Оценка «4» ставится, если обучающийся дает ответ, в целом соответствующий требованиям оценки «5», но допускает неточности и исправляет их с помощью учителя; допускает аграмматизмы в речи.

Оценка «3» ставится, если обучающийся частично понимает тему, излагает материал недостаточно полно и последовательно, допускает ряд ошибок в речи, не способен самостоятельно применять знания, нуждается в постоянной помощи учителя.

Оценка «2 » может выставляться в дневник, может выставляться в устной форме как метод воспитательного воздействия на ребёнка, оценка «2» не ставится в журнал.

## **8. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ**

1. Основы безопасности жизнедеятельности: программы общеобразовательных учреждений, 1-11 классы/под общей редакцией А.Т.Смирнова. — М.: Просвещение, 2008.

2. Основы безопасности жизнедеятельности: 11 класс: учебник для общеобразовательных учреждений/ М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробьева. — М.: ООО «Издательство Астрель» 2007.

3. Гражданская защита: энциклопедический словарь / под общей ред. С. К. Шой гу. - М.: ДЭКС-ПРЕСС, 2005.

4. Рыбин А. Л. Безопасность в дорожно-транспортных ситуациях: пособие для учащихся: 10—11 кл. / А. Л. Рыбин, Б.О.Хренников, М. В. Маслов; под общ. ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2008.

5. Рыбин А. Л. Обучение правилам дорожного движения: пособие для учителя: 10—11 кл. /А. Л. Рыбин, Б.О.Хренников, М. В. Маслов; под общ. ред. А. Т. Смирнова. — М.: Просвещение, 2008.

6. Федеральные законы Российской Федерации «О гражданской обороне», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О противодействии терроризму», «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» и статья 14 Закона Российской Федерации «Об образовании», «О внесении изменений в отдельные законодательные акты Российской Федерации в связи с сокращением срока военной службы по призыву» // Собрание законодательства Российской Федерации: официальное издание. — М., 1998—2007.

7. Журналы «ОБЖ. Основы безопасности жизни», «Основы безопасности жизнедеятельности», «Основы военной службы» - 2004-2009 г.г.

### **ЛИТЕРАТУРА ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

1. Мишин Б.И. Основы безопасности жизнедеятельности. Программа для 111 классов. М.:Дрофа- 2001
2. Физическая культура в школе. Журнал №1 - 1997
3. Низкодубова С.В. и другие Основы медицинских знаний. Томск 2003
4. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности «Просвещение»
5. ОБЖ. Журнал №2 – 2004
6. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для 10 класса. М.:АСТ-ЛТД- 1998
7. Латчук В.Н. и др.. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник 10 класс. М.: Дрофа- 2000