

Приложение  
к основной образовательной программе  
основного общего образования

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.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»  
для учащихся 10 классов

пгт. Новоаганск, 2023

## **I. Пояснительная записка**

Рабочая программа по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» (предметная область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности») – (далее – программа ОБЖ) разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы среднего общего образования, представленных в ФГОС СОО, федеральной рабочей программы воспитания, Концепции преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» и предусматривает непосредственное применение при реализации ООП СОО.

Рабочая программа по Основам безопасности жизнедеятельности (ОБЖ) для 10 класса составлена на основе нормативно-правовых документов:

- Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в ред. Федеральных законов от 08.06.2020 № 165-ФЗ);
- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015 г. № 996-р «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года»;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 мая 2012 г. № 413 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования» (в ред. Приказов Минобрнауки России от 29.12.2014 № 1645, от 31.12.2015 № 1578, от 29.06.2017 № 613);
- Примерная основная образовательная программа среднего общего образования (в редакции протокола № 2/16-з от 28.06.2016 г. федерального учебно-методического объединения по общему образованию);
- Концепция преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы, утвержденная на заседании Коллегии Министерства просвещения Российской Федерации 24 декабря 2018 г.;
- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 15 января 2020 г. № 6 «Об утверждении плана мероприятий по реализации Концепции преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы, на 2020-2024 годы, утвержденной на заседании Коллегии Министерства просвещения Российской Федерации 24 декабря 2018 г.»;
- Федеральный Базисный учебный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений РФ, реализующих программы общего образования (Приказ МО РФ от 09.03.2004 № 1312).

- Федеральный компонент государственного образовательного стандарта начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования (в ред. Приказов Минобрнауки РФ от 03.06.2008 №164, от 31.08.2009 №320, от 19.10.2009 №427); (Приказ МО РФ от 05.03.2004 г №1089).
- Федеральный государственный образовательный стандарт ООО (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897).
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 31.03.2014г. N253. "Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования
- Учебный план на 2023-2024 учебный год утвержден приказом директора МБОУ «Новоаганская О-ЗШ» от 31.08.2023 г. № 251-ос;

Ориентиром для составления рабочей программы по ОБЖ в 10 классе является «Примерная программа среднего (полного) общего образования по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» Просвещение, 2010 г.

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в старшей школе на базовом уровне направлено на достижение следующих целей: 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 обязанностях граждан по защите государства; воспитание ответственности за личную безопасность и безопасность общества; отношения к здоровью и человеческой жизни как главной ценности; уважения к героическому наследию России, государственной символике и традициям; развитие эмоционально-волевых черт личности, обеспечивающих безопасное поведение в опасных и чрезвычайных ситуациях; бдительности по предотвращению актов экстремизма и терроризма; потребности ведения здорового образа жизни; необходимых физических и психологических качеств личности при подготовке к защите Отечества; овладение умениями действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим; оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья.

**Основными задачами преподавания ОБЖ является:**

- формирование у учащихся научных представлений о принципах и путях снижения «фактора риска» в деятельности человека и общества;
- выработка умений предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации природного, социального характера и адекватно противодействовать им;

- формирование у учащихся модели безопасного поведения в условиях повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, а также развитие способностей оценивать опасные ситуации, принимать решения и действовать безопасно с учетом своих возможностей;
- усвоение знаний об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- усвоение знаний по основам гражданской обороны государства,
- развитие личных, духовных и физических качеств, обеспечивающих безопасное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, социального характера;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять требования, предъявляемые к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, к личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности;
- развитие умений предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и своих возможностей.

Программа соответствует федеральному компоненту государственного стандарта основного общего образования по ОБЖ. Единицей учебного процесса является урок. На уроках используются современные образовательные технологии на основе системно-деятельностного подхода. Обучающиеся сами определяют проблему, ставят цель и достигают ее, самостоятельно планируют и организуют собственные и привлеченные ресурсы, что способствует формированию ключевых компетенций школьника.

Согласно локальному акту МБОУ «Новооганская О-ЗШ» «О видах и формах контроля» предусмотрены:

- формы контроля на уроках ОБЖ: текущий, периодический, итоговый и самоконтроль;
- методы контроля знаний на уроках ОБЖ: устный и письменный опрос, тестирование;

- виды контроля: тест, контрольная работа.

Выбор учебно-методического комплекта полностью соответствует реализации рабочей программы по ОБЖ

## **II. Описание места учебного предмета в учебном плане**

Федеральный базисный учебный план для образовательных учреждений РФ и Примерная программа по основам безопасности жизнедеятельности отводит 34 учебных часа для обязательного изучения ОБЖ из расчета 1 час в неделю.

Рабочая программа составлена с учетом разнородности контингента учащихся не профилированной средней школы, с преобладанием учащихся с низким уровнем обучаемости. Поэтому она ориентирована на изучение в средней школе на уровне требований обязательного минимума содержания образования.

## **III. Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения**

учебного предмета

Личностными результатами обучения основам безопасности жизнедеятельности являются:

- развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
- формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

Метапредметными результатами обучения основам безопасности жизнедеятельности

являются:

- анализировать причины возникновения опасных ситуаций;
- овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию для обеспечения личной безопасности в повседневной жизни;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника;
- освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях социального характера;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими.

Предметными результатами обучения являются:

1. В познавательной сфере:

- знания об опасных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи.

2. В ценностно-ориентационной сфере:

- умения применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- умения анализировать явления и события социального характера, проектировать модели личного безопасного поведения.

3. В коммуникативной сфере:

- умения информировать о результатах своих наблюдений, убеждать в своей правоте.

4. В эстетической сфере:

- умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его.

5. В трудовой сфере:

- знания принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых для оказания первой помощи;
- умения оказывать первую медицинскую помощь.

6. В сфере физической культуры:

- формирование установки на здоровый образ жизни.

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности на базовом уровне ученик должен знать

- основы здорового образа жизни и факторы, влияющие на него;
- основные правила безопасности дорожного движения для пешеходов, пассажиров, водителей велосипедов;
- потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;
- основные задачи государственных служб по обеспечению безопасности жизнедеятельности;
- основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;
- порядок постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;
- предназначение Вооруженных Сил Российской Федерации;
- основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;
- особенности прохождения военной службы по призыву и по контракту; альтернативной гражданской службы;
- предназначение, структуру и задачи РСЧС;
- предназначение, структуру и задачи гражданской обороны; уметь
- выполнять последовательно действия при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
- применять правила дорожного движения для пешеходов, пассажиров, водителей велосипедов;
- прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира, водителя велосипеда;
- действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!» и комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей, ценностей и продуктов питания в случае эвакуации населения;
- применять элементарные способы самозащиты в конкретной ситуации криминогенного характера;

- правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- ориентироваться на местности, подавать сигналы бедствия, добывать огонь, воду и пищу в случае автономного существования в природной среде;
- правильно пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, индивидуальной медицинской аптечкой); использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:
- вести здоровый образ жизни;
- правильно действовать в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- уметь пользоваться бытовыми приборами, лекарственными препаратами и средствами бытовой химии, бытовыми приборами экологического контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- соблюдать общие требования безопасности при пользовании транспортными средствами, при нахождении на улице, правила поведения на воде, меры пожарной и инфекционной безопасности;
- оказывать первую медицинскую помощь в неотложных ситуациях;
- вызывать (обращаться за помощью) в случае необходимости соответствующие службы экстренной помощи.

Преподавание курса ОБЖ в 12 классах проводит преподаватель-организатор курса ОБЖ. Занятия по отдельной программе с девушками рекомендуется проводить учителям биологии или специалистам, имеющим медицинское образование. В аттестат о среднем (полном) общем образовании обязательно выставляется итоговая отметка по предмету "Основы безопасности жизнедеятельности". Настоящая программа является основой для разработки рабочей программы курса ОБЖ общеобразовательных учреждений.

Данная примерная программа курса ОБЖ для обучающихся в 10-12 классах общеобразовательных учреждений разработана авторским коллективом в составе: А.Т.Смирнов, В.А.Васнев, Б.И.Мишин.

## **2. Планируемые предметные результаты:**

### **Основы комплексной безопасности личности, общества, государства.**

**Ученик научится:**

Правилам поведения в условиях вынужденной автономии в природных условиях. Разбор наиболее возможных причин попадания человека в условия вынужденного автономного существования, меры профилактики и подготовки к безопасному поведению в условиях автономного существования. Совершенствование правил ориентирования на местности, движения по азимуту, правил обеспечения водой и питанием, оборудование временного жилища, добыча огня. Средства индивидуальной защиты.

#### **Ученик получит возможность научиться:**

- мерам профилактики и подготовки к безопасному поведению в условиях автономного существования;
- правилам ориентирования на местности;
- использованию средств индивидуальной защиты

#### **Военная безопасность государства**

##### **Ученик научиться**

- Уяснять и обосновывать положение о том, что военная служба – это особый вид федеральной государственной службы, которая требует от военнослужащего высокой профессиональной подготовки и особой ответственности за исполнение обязанностей по вооруженной защите Отечества.
- Усваивать существующий порядок размещения военнослужащих, проходящих военную службу по призыву, их быт и мероприятия, проводимые в войсках по сохранению и укреплению здоровья.
- Формировать знания о предназначении суточного наряда, об обязанностях дежурного и дневального по роте.
- Уяснить цели и предназначения караульной службы в войсках.
- Понимать и обосновывать положения о том, что несение караульной службы является выполнением боевой задачи.
- Характеризовать часовой как караульного, выполняющего боевую задачу по охране и обороне порученного ему поста.
- Последовательно излагать основные обязанности часового и обосновывать факторы, определяющие его неприкосновенность.
- Уяснять и обосновывать значение строевой подготовки в деле обучения и воспитания военнослужащих.
- Самостоятельно отрабатывать выполнение строевых приемов на месте и в движении.

##### **Учащийся получит возможность научиться:**

- Анализировать содержание общевоинских уставов Вооруженных Сил РФ и характеризовать их как основные нормативно-правовые акты, регламентирующие жизнь и деятельность военнослужащего.
- Обосновывать значение и методы осуществления военно-патриотического воспитания военнослужащих для обеспечения высокого уровня боеготовности частей и подразделений Вооружённых Сил РФ.
- Уяснять и характеризовать общие, должностные и специальные обязанности военнослужащих и значение воинской дисциплины для их успешного выполнения.
- Уяснять и осознанно выполнять все мероприятия, связанные с призывом на военную службу.
- Характеризовать особенности военной службы по контракту и порядок отбора кандидатов для прохождения военной службы по контракту.

- Уяснять и обоснованно излагать нормативно-правовые основы и порядок прохождения альтернативной гражданской службы.
- Уяснять порядок подачи заявления на прохождение альтернативной гражданской службы.
- Формулировать основные требования воинской деятельности, предъявляемые к моральным и индивидуальным качествам.

### **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

#### **Ученик научится:**

- Формировать убеждения в необходимости соблюдать нормы здорового образа жизни как надежной гарантии а подготовке к профессиональной деятельности, в том числе и к военной службе.
- Определять основные инфекционные заболевания по их признакам и проявлениям, анализировать причины их возникновения, соблюдать меры профилактики.
- Формировать индивидуальную систему здорового образа жизни и своевременно вносить в неё необходимые коррективы с учётом реальных жизненных обстоятельств.
- Вырабатывать привычку в ежедневном соблюдении правил личной гигиены.
- Анализировать основные факторы риска, пагубно влияющие на здоровье, соблюдать меры по их профилактике.

#### **Ученик получит возможность научиться:**

- Анализировать и оценивать состояние личного здоровья в повседневной жизни, определять в какой мере оно обеспечивает эффективность жизнедеятельности и вносить определённые коррективы в образ жизни для сохранения и укрепления личного здоровья.
- Формировать умения в системе самоконтроля за своим здоровьем, умения планировать индивидуальную нагрузку на день и неделю с учётом биологических режимов и индивидуальных возможностей.
- Самостоятельно анализировать информационные источники в области здорового образа жизни, подбирать и реализовывать рекомендации по обеспечению духовного, физического и социального благополучия.

### **3 Основное содержание программы:**

#### **Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства**

Глава 1. Научные основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Проблемы формирования культуры безопасности жизнедеятельности человека в современной среде обитания. Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий. Общенаучные методологические подходы к изучению проблем безопасности жизнедеятельности человека в среде обитания. Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности. Основы управления безопасностью в системе «человек — среда обитания».

Глава 2. Комплекс мер взаимной ответственности личности, общества, государства по обеспечению безопасности. Обеспечение национальной безопасности России. Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности. Меры государства по

противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму. Защита населения и территорий в чрезвычайных ситуациях. Поисково-спасательная служба МЧС России. Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.

Глава 3. Экстремальные ситуации безопасность человека. Экстремальные ситуации криминогенного характера. Экстремизм, терроризм и безопасность человека. Наркотизм и безопасность человека. Дорожно-транспортная безопасность. Вынужденное автономное существование в природных условиях.

## **Раздел 2. Военная безопасность государства**

Глава 4. Вооруженные Силы Российской Федерации на защите государства от военных угроз. Основные задачи Вооруженных Сил. Правовые основы воинской обязанности. Правовые основы военной службы. Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная. Требования воинской деятельности к личности военнослужащего.

Глава 5. Особенности военной службы в современной Российской армии. Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы. Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира. Военные операции на территории России: борьба с терроризмом. Военные учения Вооруженных Сил Российской Федерации. Боевая слава российских воинов.

## **Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

Глава 6. Основы здорового образа жизни Демографическая ситуация в России. Культура здорового образа жизни. Культура питания. Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье. Вредные привычки. Культура движения.

Глава 7. Первая помощь при неотложных состояниях Медико-психологическая помощь. Первая помощь при ранениях. Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении. Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии. Первая помощь при отравлении никотином, алкоголем, лекарствами, ядами, наркотическими веществами

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п\п	Наименование разделов	Количество часов	Практические работы	Контрольные работы
1.	<b>Основы комплексной безопасности личности, общества, государства.</b>	14	2	1
2.	<b>Военная безопасность государства</b>	10	2	1
3.	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	10	2	1
4.	Итого:	34	6	3

**Календарно-тематический план учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» 12 класс  
(1 ч. в неделю, 34 учебных недели).**

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Вид контроля, измерители	Планируемые результаты освоения учебного предмета	Дата план	Дата факт
<b>Раздел 1. Основы комплексной безопасности личности, общества, государства</b>						
1.	Проблемы формирования культуры безопасности личности, жизнедеятельности	1	Индивидуальный опрос	Структуру РСЧС, её функциональные и территориальные подсистемы. Самостоятельно прорабатывать нормативно-правовые акты РФ в области безопасности и формировать	04.09	

	человека в современной среде обитания. Этические и экологические критерии безопасности современной науки и технологий.			<p>основные права и обязанности граждан по обеспечению национальной безопасности России в современном мире.</p> <p>Анализировать и уяснять основные направления организации защиты населения Российской Федерации от ЧС.</p> <p>Обосновывать основное предназначение и решаемые задачи Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) по защите населения страны от ЧС природного и техногенного характера.</p> <p>Объяснить предназначение функциональных и территориальных подсистем РСЧС.</p> <p>Ученик получает возможность научиться:</p> <p>Самостоятельно подбирать материал и готовить занятие по теме: «Организационные основы по защите населения РФ от чрезвычайных ситуаций».</p>		
2.	Общенаучные методологические критерии безопасности современной науки и технологий.	1	Индивидуальный опрос		11.09	
3.	Основные подходы и принципы обеспечения безопасности объектов в среде жизнедеятельности.	1	Индивидуальный опрос		18.09	
4.	Основы управления безопасностью в системе «человек – среда обитания»	1	Решение ситуационных задач		25.09	
5.	Обеспечения национальной безопасности России.	1	Решение ситуационных задач		02.10	
6.	Обеспечение социальной, экономической и государственной безопасности.	1	Практическая работа ориентирование на местности.		09.10	
7.	Меры государства по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.	1	Индивидуальный опрос		16.10	
8.	Защита населения и	1	Индивидуальный опрос		23.10	

	территорий в чрезвычайных ситуациях. Поисково-спасательная служба МЧС России.					
9.	Международное сотрудничество России по противодействию военным угрозам, экстремизму, терроризму.	1	Индивидуальный опрос		06.11	
10.	Экстремальные ситуации криминогенного характера.	1	Индивидуальный опрос		13.11	
11.	Экстремизм, терроризм и безопасность человека.	1	Решение ситуационных задач		20.11	
12.	Наркотизм и безопасность человека.	1	Индивидуальный опрос		27.11	
13.	Дорожно-транспортная безопасность.	1	Индивидуальный опрос		04.12	
14.	Вынужденное автономное существование в природных условиях.	1	Индивидуальный опрос		11.12	
<b>Раздел 2. Военная безопасность государства (10 часов)</b>						
15.	Основные задачи Вооруженных Сил.	1	Индивидуальный опрос	Знать права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.	18.12	
16.	Правовые основы воинской обязанности.	1	Индивидуальный опрос	Правила поведения при возгорании телевизора. Правила поведения при возникновении пожара в	25.12	

17.	Правовые основы военной службы.	1	Работа в группах	<p>общественном месте</p> <p>Знать об обязанностях граждан по защите государства; о воинской обязанности. Об организации воинского учета, об обязанностях граждан по воинскому учету.</p> <p>Знать периоды обязательной подготовки граждан к военной службе. Направления обязательной подготовки граждан к военной службе.</p>	15.01	
18.	Подготовка граждан к военной службе: обязательная и добровольная.	1	Практическая работа: отработка навыков		22.01	
19.	Требования воинской деятельности к личности военнослужащего.	1	Индивидуальный опрос		29.01	
20.	Особенности военной службы по призыву и альтернативной гражданской службы.	1	Работа в группах		05.02	
21.	Военные гуманитарные миссии России в «горячих точках» мира.	1	Семинар		12.02	
22.	Военные операции на территории России: борьба с терроризмом.	1	Индивидуальный опрос		19.02	
23.	Военные учения Вооружённых Сил Российской Федерации.	1	Решение ситуационных задач		26.02	
24.	Боевая слава российских воинов.	1	Работа по карте		4.03	
<b>Раздел 3. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>						

25.	Демографическая ситуация в России.	1	Индивидуальный опрос	<p>Законы Российской Федерации и социальная ответственность граждан и специалистов по оказанию первой помощи при неотложных состояниях;</p> <p>Виды кровотечений, их особенности;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• особенности паренхиматозных кровотечений;</li> <li>• способы оказания первой помощи при кровотечениях.</li> </ul> <p>Признаки жизни и смерти;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• правила проведения сердечно-легочной реанимации.</li> </ul> <p>Признаки ушиба, растяжения связок, вывиха, перелома;</p>	11.03	
26.	Культура здорового образа жизни.	1	Семинар		25.03	
27.	Культура питания.	1	Семинар		01.04	
28.	Культура здорового образа жизни и репродуктивное здоровье.	1	Индивидуальный опрос		08.04	
29.	Вредные привычки. Культура движения.	1	Практическая работа		15.04	
30.	Медико-психологическая помощь.	1	Индивидуальный опрос		22.04	
31.	Первая помощь при ранениях.	1	Практическая работа		29.04	
32.	Первая помощь при поражении радиацией, отравляющими веществами, при химических и термических ожогах, обморожении.	1	Практическая работа		06.05	
33.	Первая помощь при дорожно-транспортном происшествии.	1	Индивидуальный опрос		13.05	
34.	Итоговая контрольная работа.	1	Индивидуальная работа	20.05		

### **Требования к уровню усвоения дисциплины.**

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

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.

Оценка «2» - основное содержание материала по вопросу не раскрыто.

### **Используемая литература,**

1 Конституция Российской Федерации.

2 Федеральные законы Российской Федерации: "Об обороне", "О си гусе военнослужащих", "О воинской обязанности и военной службе", "О гражданской обороне", "О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера".

3 Общевоинские уставы Вооруженных Сил Российской Федерации. - М.: Военное издательство, 1994.

4 Военный энциклопедический словарь. - М.: Военное издательство, 1983.

5 Вестник военной информации. Агентство "Восинформ" Министерства обороны РФ и Российское информационное агентство "Новости". - 1998. - №1-12.

6 На службе отечеству: Книга для чтения по общественно-государственной подготовке солдат (матросов), сержантов (старшин) Вооруженных Сил РФ. - М : Русь РКБ, 1998

7 Справочник некоторых воинских должностей, замещаемых солдатами, матросами, сержантами и старшинами, проходящими военную службу по контракту. - М.: Изд-во Всероссийской газеты "Нива России" - Москва 1997.

8 Журнал "ОБЖ. Основы безопасности жизни" Поурочное планирование программы "Основы безопасности жизнедеятельности" (автор А.Смирнов )