

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА п.с. АБЕЗЬ»**

**РАССМОТРЕНО:**  
На заседании педагогического  
Совета  
**Протокол №7**  
от 11 июня 2019 года



**УТВЕРЖДЕНО:**  
Директор МБОУ «СОШ п.с. Абезь»  
И.А. Тырина  
**Приказ от 11 июня 2019 г № 59**

**Рабочая программа учебного предмета  
«Основы безопасности жизнедеятельности»**

уровень среднего общего образования  
срок реализации программы: 2 года

**Составитель:**  
Яловой С.И.  
Преподаватель организатор ОБЖ

**Абезь**  
**2019**

## Пояснительная записка

### Цели и задачи

Настоящая рабочая программа по ОБЖ предназначена для обучающихся 10-11 классов.

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» составлена в соответствии с Федеральным компонентом государственного стандарта общего образования, утвержденного приказом Министерства образования Российской Федерации 5 марта 2004 года №1089 «Об утверждении федерального компонента государственных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) образования», с учетом Примерной программы основного общего образования по основам безопасности жизнедеятельности (письмо Департамента государственной политики в образовании Министерства образования и науки РФ от 7 июля 2005 года № 03-1263 «О примерных программах по учебным предметам федерального базисного учебного плана» и авторской программы по основам безопасности жизнедеятельности под редакцией .(Программы общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности 1-11 классы» (начальная школа, основная школа, средняя (полная школа: базовый и профильный уровни)

Рабочая программа составлена с учетом:

1. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.03.2004 № 1312 «Об утверждении федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для общеобразовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования».

2. 3. Концепции модернизации российского образования на период до 2010 г. (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.07.2003 №2783)

6. Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 октября 2009 года № 427 «О внесении изменений в федеральный компонент государственных образовательных стандартов начального общего и среднего (полного) общего образования, утвержденный приказом Министерства образования Российской Федерации от 05 марта 2004 года № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего и среднего (полного) общего образования».

7. Учебного плана гимназии

Изучение курса ОБЖ направлено на достижение следующих целей:

1. **освоение знаний** о здоровом образе жизни; опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
2. **развитие** качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
3. **воспитание** чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
4. **овладение умениями** предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь

### Сведения о программе

В настоящей учебной программе реализованы требования федеральных законов: «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «Об охране окружающей природной среды», «О пожарной безопасности», «О гражданской обороне» и др.

Содержание программы выстроено по трем линиям: обеспечение личной безопасности в повседневной жизни, оказание первой медицинской помощи, основы безопасного поведения человека в чрезвычайных ситуациях. Предлагаемый объем содержания является достаточным для формирования у обучающихся на второй ступени общеобразовательной школы основных понятий в области безопасности жизнедеятельности.

В ходе изучения предмета обучающиеся получают знания о здоровом образе жизни, о чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера, их последствиях и мероприятиях, проводимых государством по защите населения. Большое значение придается также формированию здорового образа жизни и профилактике вредных привычек, привитию навыков по оказанию первой медицинской помощи пострадавшим.

Структурно программа состоит из 2 разделов и 7 тем.

Раздел I «Основы безопасности личности, общества и государства» включает 5 тем: «Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни», «Обеспечение безопасного отдыха в природных условиях», «Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера», «Современный комплекс проблем безопасности», «Организация защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций».

Раздел II «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» включает 2 темы:

«Основы здорового образа жизни»,  
«Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи».

Раздел

### **Информация о количестве учебных часов**

Рабочая учебная программа рассчитана на 36 часов в 10 классе и 34 часа в 11 классе.

Логичным продолжением программы во внеурочное время является подготовка и участие обучаемых во Всероссийском детско-юношеском движении «Школа безопасности», «Безопасное колесо», в работе различных кружков, секций и клубов, туристических походах, слетах и соревнованиях.

Преподавание программы ведет преподаватель-организатор ОБЖ, должностные обязанности которого утверждены постановлением Минтруда России от 17 августа 1995 г. № 46.

По итогам изучения программы ОБЖ, обучающимся в аттестат об основном общем образовании выставляется оценка.

### **Региональный компонент рабочей учебной программы**

Региональный компонент составляет 10% тематического планирования и обозначается «РК».

В процессе изучения курса ОБЖ во всех разделах программы есть темы, которые органически дополняются и более полноценно раскрываются с введением регионального компонента. В учебной деятельности усилия преподавателя направлены на формирование качеств активно действующей и легко адаптирующейся личности, которые необходимы для деятельности в новых для севера социально-экономических условиях, начиная от акклиматизации до выживания в экстремальных ситуациях.

Формируются знания об истории республики Коми, города, национальных традиций народа;

Проводится подготовка учащихся к осознанному профессиональному самоопределению и знакомство с миром профессий, характерных для региона.

Изучая материал по безопасности и защите в ЧС по теме: «Правила безопасного поведения в условиях вынужденного автономного существования» включаются такие вопросы, как климатические условия тундры, тайги, особенности жизнеобеспеченности в данных условиях. Обычаи и традиции Коми народа, непосредственно связанные с обустройством жилья, питания, его одеждой и т.п. Дополнительно проводятся посещение школьного музея и городского краеведческого музея. В системе туристско-краеведческой деятельности учащиеся знакомятся с информацией о национальном Парке «Югыд ва», где используются материалы поисковых работ по истории города.

Учащимся даются знания об опасных ситуациях в природе своего края (по данным спасателей, туристов, рыбаков, охотников).

В ведении конспектов отображается символика республики, города, школы и класса.

Используются наглядные пособия из отчетов по школе.

Проводится однодневный поход с изучением культуры быта Коми народа.

Даются знания обучающимся об охране окружающей среды и экологических проблемах

Республики Коми;

Учащимся даются знания об опасных объектах своего района, города, а также данные по Республике Коми из средств массовой информации;

В рабочих тетрадях отображаются символы России, республики Коми, города, школы и класса.

Используются наглядные пособия по школе, выставки из школьного музея. Приглашаются специалисты из краеведческого музея с презентациями, экспонатами и выставками («Стефан Пермский», «Геральдика», «Оленеводы и быт»)

При анализе стихийных бедствий приводятся примеры по предупреждению и ликвидации ЧС в республике Коми. Показываются учебные фильмы МЧС РК, о 189 учебно-методическом центре гражданской обороны и чрезвычайных ситуаций республики Коми.

Разъясняется план ГО и ЧС школы по предупреждению и ликвидации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Учащимся доводятся сведения о чрезвычайных ситуациях в городе, в республике.

Используются наглядные пособия из отчетов по школе, выставки школьного музея. Приводятся примеры из газеты «Искра» и других городских газет

Организуются экскурсии в ВГСЧ, пожарную охрану. Приводятся примеры ЧС в школе, на посёлке, городе. Разбираются и анализируются несчастные случаи по школе и оказание доврачебной помощи.

По правилам дорожного движения доводится статистика по городу. Рассматриваются вопросы о влиянии окружающей среды, климата на здоровье человека, а также методы народной медицины, приемы само- и взаимопомощи при травмах и несчастных случаях, которые используют представители таких профессий как охотники, рыбаки, оленеводы.

### **Отражение изменений в программе**

В рабочей программе изменений, структурной перестановки тем, разделов нет. Учебный материал расширения не имеет.

### **Ведущие формы и методы обучения**

В учебной деятельности используются формы и методы обучения:

- традиционные формы, проблемный или частично-поисковый метод;
- репродуктивный метод с постановкой познавательного задания;
- иллюстративно-репродуктивный метод.

## **Формы контроля знаний обучающихся и оценки их обучения по рабочей программе**

### **Формы контроля: устный контроль, тестовые задания, контрольные работы.**

В устном опросе различаются индивидуальный и фронтальный методы обучения.

Индивидуальный устный опрос состоит в том, что ученик опрашивается преподавателем индивидуально с вызовом к доске или с места; опрос, в котором один учащийся задаёт другому учащемуся вопросы, а тот отвечает на них (как с места, так и с вызовом к доске); опрос с привлечением средств наглядности — учащийся «озвучивает» фрагмент фильма, диафильма, видеофильма, объясняет структуру модели процесса, прибора, частицы, картины, таблицы и т. д.

Фронтальный опрос состоит в том, что учащимся задаются вопросы, не требующие для ответа длительного времени (1-2 мин при этом каждый вопрос является фрагментом серии вопросов по изучаемой проблеме. За 10-15 мин. задаются вопросы до 10-12 возможных. Такой метод позволяет активизировать процесс познания учебного материала курса ОБЖ и при определенной методике его организации способствует накоплению оценок. Этот способ оптимально применяется при вспомогательном, предварительном и, частично, при текущем контроле.

Письменный контроль состоит в том, что учащимся необходимо письменно ответить на предлагаемые вопросы (ответить на тесты), которые затем проверяются преподавателем.

По характеру применяемых заданий вопросы в традиционной форме и работы с использованием заданий в тестовой форме. С помощью этого вида контроля учитель выявляет учащихся, которым необходимо повторение, а также тех учеников, которые могут быть консультантами при организации урока.

Текущий контроль проводится систематически на каждом занятии и активизирует познавательную деятельность учащихся, позволяет выявить те элементарные учебные элементы, которые трудно усваиваются ими, и в связи с этим ввести коррективы в содержание и методику проведения занятий, что будет способствовать оптимизации образовательного процесса познания курса ОБЖ. Рубежный контроль позволяет выявить уровень усвоения определенного блока знаний по курсу ОБЖ, определить пробелы в знаниях учащихся и наметить пути ликвидации этих пробелов.

Итоговый контроль завершает процесс изучения предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». Он выявляет уровень обученности учащегося по предмету и его способность применять полученные знания в разных сферах своей деятельности.

### **Общеучебные умения, навыки и способы деятельности**

Примерная программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего образования являются:

- использование для познания окружающего мира различных методов наблюдения и моделирования;
- выделение характерных причинно-следственных связей; творческое решение учебных и практических задач;
- сравнение, сопоставление, классификация, ранжирование объектов по одному или нескольким предложенным основаниям, критериям; самостоятельное выполнение различных творческих работ, участие в проектной деятельности;
- использование для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- самостоятельная организация учебной деятельности; оценивание своего поведения, черт своего характера, своего физического и эмоционального состояния;

- соблюдение норм поведения в окружающей среде, правил здорового образа жизни; использование своих прав и выполнение своих обязанностей как гражданина, члена общества и учебного коллектива.

### **Результаты обучения**

Результаты изучения учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» приведены в разделе «Требования к уровню подготовки выпускников». Требования направлены на формирование знаний и умений, востребованных в повседневной жизни, позволяющих адекватно воспринимать окружающий мир, предвидеть опасные и чрезвычайные ситуации и в случае их наступления правильно действовать.

### **ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ**

#### **10 КЛАСС**

##### **ЦЕЛИ:**

1. Познакомить учащихся с чрезвычайными ситуациями техногенного характера.
2. Учить безопасному поведению при возникновении ЧС в нашем городе.
3. Воспитывать заботу о своем здоровье, жизни, безопасности при опасных ситуациях.

##### **ЗНАТЬ, УМЕТЬ, ПОНИМАТЬ:**

1. Учащиеся должны знать об опасных объектах в нашем городе и ЧС, которые могут произойти на них.
2. Учащиеся должны уметь правильно вести себя при техногенных происшествиях.
3. Учащиеся должны понимать смысл правильных действий при ЧС, оказания первой помощи пострадавшим.
4. Знать историю создания вооружённых сил РФ

#### **11 КЛАСС**

##### **ЦЕЛИ:**

1. Познакомить учащихся с основами здорового образа жизни, мерами профилактики травм, правилами безопасного поведения дома, на улице.
2. Обучать правильным действиям при возникновении ЧС дома, на улице, получении травм.
3. Воспитывать у учащихся заботу о личном здоровье, безопасности.

##### **ЗНАТЬ, УМЕТЬ, ПОНИМАТЬ:**

1. Учащиеся должны знать о видах травм, аварийных и криминальных ситуациях, которые могут произойти с человеком.
2. Учащиеся должны уметь оказывать первую помощь пострадавшему в ЧС, правильно пользоваться электро- и газовыми приборами.
3. Учащиеся должны понимать значение безопасного поведения в обычной жизни и в ЧС, соблюдение правила личной гигиены, вести здоровый образ жизни.
4. Освоить навыки военного дела

## ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ВЫПУСКНИКОВ

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик должен:

### **Знать:**

- ✓ основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику;
- ✓ правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;
- ✓ основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства;
- ✓ наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;
- ✓ организацию защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера в Российской Федерации;
- ✓ права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- ✓ рекомендации специалистов в области безопасности жизнедеятельности по правилам безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- ✓ приемы и правила оказания первой медицинской помощи;
- ✓ способы безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды и пищи, сооружение временного укрытия
- ✓ правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, пассажиров, транспортных средств и велосипедистов)

### **Уметь:**

- ✓ доступно объяснить значение здорового образа жизни для обеспечения личной безопасности и здоровья;
- ✓ предвидеть опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;
- ✓ действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очага возгорания;
- ✓ вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;
- ✓ перечислить последовательность действий при оповещении возникновения угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;
- ✓ пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты; действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения;
- ✓ оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;
- ✓ соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
- ✓ соблюдать правила безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, пассажиров транспортных средств и велосипедистов);
- ✓ адекватно оценивать ситуацию на проезжей части и тротуаре с точки зрения пешехода и (или) велосипедиста;
- ✓ прогнозировать последствия своего поведения в качестве пешехода, пассажира транспортного средства и (или) велосипедиста в различных дорожных ситуациях для жизни и здоровья (своих и окружающих людей)

### **Понимать:**

- ✓ выработку потребности в соблюдении норм здорового образа жизни;
- ✓ невосприимчивость к вредным привычкам;
- ✓ обеспечение личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

- ✓ безопасность пользования различными бытовыми приборами, инструментами и препаратами бытовой химии в повседневной жизни;
- ✓ подготовку и участие в различных видах активного отдыха в природных условиях (походы выходного дня, ближний, дальний и международный туризм);
- ✓ проявление бдительности и безопасного поведения при угрозе террористического акта или при захвате в качестве заложника; смысл оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных опасных или бытовых ситуациях;
- ✓ основные принципы безопасности дорожного движения (в части, касающейся пешеходов, пассажиров, транспортных средств и велосипедистов)

**Использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- ✓ обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
- ✓ соблюдения мер предосторожности и правил поведения в общественном транспорте;
- ✓ пользования бытовыми приборами и инструментами;
- ✓ проявления бдительности, безопасного поведения при угрозе террористического акта;
- ✓ обращения в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

**Критерии и нормы оценок знаний обучающихся**

**Контрольно-измерительные материалы**

Систематический учёт знаний, умений и навыков обучающихся является неотъемлемой частью всего учебного процесса в общеобразовательной школе. Он проводится в целях проверки уровня достигнутых обязательных результатов обучения и прочности формирования умений и навыков.

Актуальным сегодня становится диагностический контроль, где тест является хотя и сравнительно новым методом проверки результатов обучения, но обладает явными преимуществами перед другими методами и формами:

1. Научная обоснованность самого теста, позволяющая получать объективные оценки уровня подготовленности учащихся.
2. Технологичность тестовых методов.
3. Точность измерений.
4. Наличие одинаковых для всех пользователей правил проведения педагогического контроля и адекватной интерпретации тестовых результатов.
5. Сочетаемость тестовой технологии с другими современными образовательными технологиями.

Спецификация включает описание назначения работы, характеристику её структуры и содержания, подходы к составлению заданий, рекомендации по оцениванию, условия проведения.

Назначение КИМ – определение уровня сформированности учебных умений (воспринимать и выполнять учебную задачу, контролировать и корректировать собственные действия по ходу выполнения задания) и практических навыков учащихся по русскому языку за курс начальной школы. Учесть полученные результаты при составлении рабочих программ и планов коррекционной работы.

### **При устной проверке.**

*Оценка «5» ставится, если учащийся:*

- полностью усвоил учебный материал;
- умеет изложить учебный материал своими словами;
- самостоятельно подтверждает ответ конкретными примерами;
- правильно и обстоятельно отвечает на дополнительные вопросы учителя.

*Оценка «4» ставится, если учащийся:*

- в основном усвоил учебный материал;
- допускает незначительные ошибки при его изложении своими словами;
- подтверждает ответ конкретными примерами;
- правильно отвечает на дополнительные вопросы учителя.

*Оценка «3» ставится, если учащийся:*

- не усвоил существенную часть учебного материала;
- допускает значительные ошибки при его изложении своими словами;
- затрудняется подтвердить ответ конкретными примерами;
- слабо отвечает на дополнительные вопросы учителя.

*Оценка «2» ставится, если учащийся:*

- почти не усвоил учебный материал;
- не может изложить учебный материал своими словами;
- не может подтвердить ответ конкретными примерами;
- не отвечает на большую часть дополнительных вопросов учителя.

### **При выполнении практических работ.**

*Оценка «5» ставится, если учащийся:*

- творчески планирует выполнение работы;
- самостоятельно и полностью использует знания программного материала;
- правильно и аккуратно выполняет задания;
- умеет пользоваться справочной литературой, наглядными пособиями, машинами, приспособлениями и другими средствами.

*Оценка «4» ставится, если учащийся:*

- правильно планирует выполнение работы;
- самостоятельно и полностью использует знания программного материала;
- в основном правильно и аккуратно выполняет задания;
- умеет пользоваться справочной литературой, наглядными пособиями, машинами, приспособлениями и другими средствами.

*Оценка «3» ставится, если учащийся:*

- допускает ошибки при планировании выполнения работы;
- не может самостоятельно использовать значительную часть знаний программного материала;
- допускает ошибки и не аккуратно выполняет задания;
- затрудняется самостоятельно пользоваться справочной литературой, наглядными пособиями, машинами, приспособлениями и другими средствами.

*Оценка «2» ставится, если учащийся:*

- не может правильно спланировать выполнение работы;
- не может использовать знаний программного материала;
- допускает грубые ошибки и не аккуратно выполняет задания;
- не может самостоятельно пользоваться справочной литературой, наглядными пособиями, машинами, приспособлениями и другими средствами.

### **При выполнении тестов, контрольных работ**

<i>Оценка «5» ставится, если учащийся:</i>	выполнил	90 - 100 % работы
<i>Оценка «4» ставится, если учащийся:</i>	выполнил	70 - 89 % работы
<i>Оценка «3» ставится, если учащийся:</i>	выполнил	30 - 69 % работы
<i>Оценка «2» ставится, если учащийся:</i>	выполнил	до 30 % работы

## Список литературы для подготовки и проведения учебных занятий

1. Сборник нормативных документов. ОБЖ. /сост. Э.Д.Днепров, А.Г.Аркадьев. М.: Дрофа, 2007.
- 2 ОБЖ. Ежемесячный информационный и научно-методический журнал.
- 3 Образ жизни и здоровье: 10-11 кл. Учебное пособие для ОУ. Звездина М.Л., Поташкин С.П. Якименко Н.И..М.: Просвещение, 2003 г
- 4 Яшин В.Н. ОБЖ. Здоровый образ жизни. М.: Айрис- пресс, 2006
- 5 Хромов Н.И. Преподавание ОБЖ в школе и в средних специальных образовательных учреждениях: метод. пособие. М.: Айрис- пресс, 2008
- 6 Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: сб. заданий для проведения экзамена в 10 классе М.: Просвещение, 2007 г.
- 7 Глаголев О.Б. Основы безопасности жизнедеятельности за 24 часа. Ростов н/Дону: Феникс, 2008
- 8 Миронов С.К. Шпаргалка по основам безопасности жизнедеятельности: экзаменационные билеты за 9 и 11 классы. М.: Издательство «Экзамен», 2008
9. Дмитрук В.П. Правила дорожного движения для школьников. Ростов н/Дону: Феникс, 2005
- 10 Элькин Г.Н. Правила безопасного поведения на дороге. ИД «Литера», 2008
- 11 Поддубная Л.Б. Предметная неделя по Правилам дорожного движения. Волгоград ИД «Корифей», 2007
- 12 Латчук В.Н. Основы безопасности жизнедеятельности. Терроризм и безопасность человека. 10-11 кл. М.: Дрофа, 2007
13. Карпова Е.В., Малегон А.В. Игровые классные часы.: Основы безопасности жизнедеятельности. Учебное пособие. – М.: Центр педагогического образования, 2007.
14. Звездина М.Л. Образ жизни и здоровье: 8-10 кл. Учебное пособие для ОУ. М.: Просвещение, 2003
- 15 Примерные программы по учебным предметам федерального базисного учебного плана (размещены на официальном сайт Минобрнауки России <http://www.mon.gov.ru/>).
- 16 Программы общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности 1-11 классы» (начальная школа, основная школа, средняя полная школа: базовый и профильный уровни) под общей редакцией Смирнова А.Т., М.: Просвещение, 2006.
- 17 АРМ преподавателя-организатора ОБЖ. Электронное пособие / Петров Н.Н, Тихомиров А.Ю. // ГОУ ДПО ЧИППКРО, Челябинск, 2007.
- 18 Программа для общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности 1-11 классы» (начальная школа, основная школа, средняя (полная школа: базовый и профильный уровни) под общей редакцией Смирнова А.Т., М.: Просвещение, 2010.

## Список литературы для учащихся для самостоятельной подготовки к занятиям

1. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся /А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников/ М. : Просвещение, 2007;
- 2 А.Т.СмирновБ.О.ХренниковМ.В.Маслов Основы безопасности жизнедеятельности. Рабочая тетрадь 10-11 класс /пособие для учащихся общеобразовательных учреждений/ под редакцией А.Т.Смирнова: М.:Просвещение,2011;
- 3 Терроризм – ты под прицелом: пособие для учащихся, - М.: Просвещение, 2011.

## **Материально-техническое обеспечение образовательного процесса**

Эффективность преподавания курса ОБЖ зависит от наличия соответствующего материально-технического оснащения. Это объясняется особенностями курса, в первую очередь его многопрофильностью и практической направленностью.

Преподаватель ОБЖ должен участвовать в постоянном дистанционном взаимодействии образовательного учреждения с другими организациями социальной сферы, в первую очередь с учреждениями обеспечения безопасности жизнедеятельности.

Преподавателю ОБЖ должна быть обеспечена информационная поддержка на основе современных информационных технологий в области библиотечных услуг (создание и ведение электронных каталогов и полнотекстовых баз данных, поиск документов по любому критерию, доступ к электронным учебным материалам и образовательным ресурсам Интернета).

Интерактивный электронный контент преподавателя ОБЖ должен включать содержание предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности», представленное текстовыми, аудио – и видеофайлами, графикой (картинки, фото, чертежи, элементы интерфейса).

Кабинет ОБЖ предназначен для проведения занятий с учащимися по курсу, самостоятельной подготовки школьников, а также проведение кружковой (факультативной) работы во внеурочное время. Он должен включать класс, в котором проводятся занятия по курсу и дисциплине, а также лабораторную комнату.

В классе размещаются средства оснащения, необходимые для доведения до учащихся общей информации по разделам и темам курса и дисциплины, научно-практическим достижениям в области безопасности жизнедеятельности, а также средства, используемые в процессе проведения текущих занятий.

### **1. Аудио-видеоаппаратура, проекционная аппаратура**

- Телевизор
- DVD-плеер
- DVD-рекордер
- Кодоскоп
- Мультимедиапроектор
- Оверхед-проектор
- Экран настенный

### **2. Средства программного обучения и контроля знаний**

- Компьютерные программы и пособия по учебному разделу «Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций»
- Компьютерные программы и пособия по учебному разделу «Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи»
- Мультимедийная энциклопедия по действиям населения в чрезвычайных ситуациях
- Географическая информационная система «ГЕО-ЭКС-ТРЕМУМ»
- Компьютерное учебное пособие «Безопасность на улицах и дорогах»
- Компьютерная игровая программа «Как Иван-царевич подземного змея победил» (действия в сейсмоопасных районах)
- Компьютерная обучающая программа «Действия при авариях на химически опасных объектах»

### **3. Макеты, муляжи, модели**

- Макеты местности, отражающие расположение потенциально опасных объектов, дорог, водоемов, убежищ и т. п.
- Макеты жилых и промышленных зданий с узлами жизнеобеспечения, технологическим оборудованием
- Макеты потенциально опасных элементов технологического оборудования
- Макеты фильтрующих, изолирующих и других противогазов, респираторов в разрезе
- Макеты убежищ, укрытий с основными системами жизнеобеспечения
- Макеты АСИО, ПР. СП и др. в разрезе

- Муляжи тела человека

#### **4. Тренажеры**

- Робот-тренажер «Гоша»
- Куклы-тренажеры для искусственного дыхания
- Фантомы-тренажеры искусственной вентиляции легких и наружного массажа сердца

#### **5. Стенды, плакаты**

Стенды

- Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)
- Безопасность на улицах и дорогах
- Криминогенные ситуации
- Землетрясения, оползни, сели, обвалы, ураганы, бури, смерчи
- Правила поведения при землетрясениях
- Пожары, взрывы
- Наводнения и затопления
- Правила оказания медицинской помощи

Плакаты

- Безопасность дорожного движения
- Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций
- Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи

#### **6. Средства индивидуальной защиты**

Средства защиты дыхания

- Ватно-марлевые повязки
- Противопылевые тканевые маски
- Респираторы (типа ШБ-1 и т. п.)
- Противогазы (типа ГП-7, ПДФ-7, ИП-4М и т. п.)
- Средства защиты кожи
- Фильтрующие СЗК (типа КИП-8)
- Изолирующие СЗК (типа КИХ-5 и т. п.)
- Средства медицинской защиты
- Аптечка индивидуальная (типа А-2 и т. п.)
- Индивидуальный перевязочный пакет и т. п.
- Противохимический пакет (типа ИПП-8 и т. п.)

#### **7. Аудиовизуальные пособия**

Учебные видеофильмы

- Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций
- Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи
- Действия населения при химически опасных авариях
- Действия населения в зоне радиоактивного загрязнения
- Действия в зоне затопления
- Стихийные бедствия
- Пожарная безопасность

### **Контрольные (тестовые) работы**

Для составления контрольно-измерительных материалов используется следующая литература:

- Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: сб. заданий для проведения экзамена в 11 классе М.: Просвещение, 2007 г.
- АРМ преподавателя-организатора ОБЖ. Электронное пособие / Петров Н.Н, Тихомиров А.Ю. // ГОУ ДПО ЧИППКРО, Челябинск, 2012
- Латчук В.Н., Марков В.В., Фролов М.П. ОБЖ 10-11 кл. Дидактические материалы М.: Дрофа, 2001.

## 10 класс

1. С помощью какого прибора специалисты улавливают и регистрируют подземные толчки, отмечают их силу, направление и продолжительность действия?
  - А) Топографа
  - Б) Реостата
  - В) Хронографа
  - Г) Сейсмографа
2. В каких местах наиболее вероятны и опасны камнепады?
  - А) На горных пастбищах
  - Б) В местах обитания диких животных
  - В) На автомобильных дорогах, проложенных в крутосклонных ущельях
  - Г) На морских побережьях
3. Каковы основные причины возникновения оползней?
  - А) Песок, накопившийся в трещинах горных пород
  - Б) Гравий, образовавшийся в долинах горных рек
  - В) Грунтовые воды и обильные дожди
  - Г) Глина, отложившаяся на склонах гор и холмов
4. Что является причиной возникновения бурь, ураганов, смерчей?
  - А) Образование в атмосфере циклонов
  - Б) Образование в атмосфере антициклонов
  - В) Образование в атмосфере областей с пониженной температурой
  - Г) Образование в атмосфере областей повышенного давления
5. Дополните предложение: «Затопление это – ... »
  - А) Овраг, заполненный водой
  - Б) Яма, заполненная водой
  - В) Покрытие окружающей местности слоем воды
  - Г) Проникновение воды в подвалы зданий через канализационную сеть
6. Какова основная функция озонового слоя атмосферы?
  - А) Обеззараживание гидросферы Земли
  - Б) Защита всего живого от действия кислотных осадков
  - В) Защита всего живого от инфракрасного излучения Солнца
  - Г) Защита всего живого от ультрафиолетового излучения Солнца
7. Какой из перечисленных процессов не соответствует условиям горения?
  - А) Наличие горючего вещества
  - Б) Наличие окислителя
  - В) Наличие условий для теплообмена
  - Г) Наличие источника воспламенения
8. Из перечисленных ниже вариантов укажите отличие катастрофы от аварии:
  - А) Наличие человеческих жертв и наличие значительного ущерба
  - Б) Воздействие поражающих факторов на людей
  - В) Воздействие на природную среду
  - Г) Воздействие на политическую ситуацию в стране
9. Чем отличается противорадиационное укрытие (ПРУ) от убежища?
  - А) ПРУ обеспечивает защиту укрываемых в нем людей от ракет противника
  - Б) ПРУ обеспечивает защиту укрываемых в нем людей от проникающей радиации
  - В) ПРУ обеспечивает защиту укрываемых в нем людей от светового излучения, воздействия ударной волны малой мощности и значительно ослабляет воздействие проникающей радиации
  - Г) ПРУ обеспечивает защиту укрываемых в нем людей от обломков разрушенных зданий

10. Как точнее всего обнаружить утечку газа?

- А) С помощью открытого огня
- Б) Визуальным осмотром
- В) По запаху
- Г) На слух

Открытые вопросы

#### Вопрос 1

В условиях города тепловой удар необязательно возникает при высокой температуре окружающей среды, достаточно просто сильных физических нагрузок, нехватки жидкости в организме, длительного нахождения в переполненном транспорте. Подумайте и перечислите признаки теплового удара.

#### Вопрос 2

Большая распространённость квартирных краж в мегаполисах объясняется спецификой больших городов: разветвленной транспортной системой, высокой концентрацией и миграцией населения. Все это позволяет преступникам, завладев похищенным, быстро скрываться с места преступления и теряться в многомиллионном городе. Находясь дома, вы заметили в окно, что неизвестные лица влезают на балкон или в окно соседней квартиры. Подумайте и перечислите ваши действия.

#### Вопрос 3

В нашей стране огромное количество рек и озер. Московская область не исключение. С приближением зимы люди используют водоемы для активного отдыха (рыбалка, катание на коньках и т.п.), но лед коварен. Подумайте и перечислите действия человека, если он провалился под лед.

#### Вопрос 4

Приведите пример чрезвычайных ситуаций социального характера.

#### Вопрос 5

Какую функцию выполняет извещатель в системе пожарной сигнализации? Назовите основные виды пожарных извещателей.

Ответы на тесты

Тестовое задание	№ 1	№ 2	№ 3	№ 4	№ 5
Ответ	Г	В	В	А	В
Тестовое задание	№ 6	№ 7	№ 8	№ 9	№ 10
Ответ	Г	В	А	В	В

Ответы на открытые вопросы

Ответ на вопрос 1:

Признаками теплового удара являются: слабость, головная боль, головокружение, сухость во рту и жажда, потеря сознания.

Ответ на вопрос 2:

Немедленно сообщить по телефону в полицию. Запомнить (записать) их приметы, марку и номер транспортного средства (если есть). По прибытию наряда полиции указать место происшествия и сообщить приметы преступников

Ответ на вопрос 3:

Не поддаваться панике. Выбираться необходимо с той стороны где, лед наиболее крепок, наползая грудью на лед, широко раскинув руки, ногами можно упираться в противоположный край полыньи, если это возможно. Не прекращать попыток выбраться. Выбравшись на лед, не вставая на ноги осторожно отползти, широко раскинув руки и ноги или перекатиться как можно дальше от места, где провалился. Максимально осторожно двигаться к берегу.

Ответ на вопрос 4:

К чрезвычайным ситуациям социального характера относятся:

войны;  
локальные и региональные конфликты;  
голод;  
крупные забастовки;  
массовые беспорядки, погромы, поджоги.

Ответ на вопрос 5:

Пожарный извещатель — устройство для формирования сигнала о пожаре. К основным видам извещателей можно отнести:

тепловой;  
дымовой;  
пламени;  
газовый;  
ручной.

## 11 класс

1. Тип селевых потоков, который может возникнуть при строительстве ГЭС, взрывных и сельскохозяйственных работ:

- А) Зональный
- Б) Геологический
- В) Антропогенный
- Г) Региональный.

2. Какое вещество наиболее токсично?

- А) Хлор
- Б) Аммиак
- В) Угарный газ
- Г) Ртуть

3. Чем надо смочить ВМП (ватно-марлевую повязку) для защиты от аммиака?

- А) 5%-м раствором лимонной кислоты или уксусной кислоты
- Б) 2%-м раствором нашатырного спирта
- В) 2%-м раствором пищевой соды
- Г) Алкоголем любой крепости

4. Как следует покидать тонущую машину?

- А) Через открытое (разбитое) окно
- Б) Через дверь
- В) При заполнении салона водой наполовину
- Г) После полного погружения машины в воду

5. Сила урагана измеряется по шкале:

- А) Цельсия
- Б) Рихтера
- В) Бофорта
- Г) Фаренгейта

6. Образование раковых опухолей у курильщиков вызывает:

- А) Никотин
- Б) Эфирные масла, содержащиеся в табаке
- В) Радиоактивные вещества, содержащиеся в табаке
- Г) Цианистый водород, содержащийся в табаке

7. Алкоголизм, это:

- А) Кратковременное состояние алкогольного опьянения
- Б) Заболевание на почве пьянства в большинстве случаев с неблагоприятным прогнозом
- В) Систематическое употребление алкогольных напитков, в том числе и некрепких

8. Заболевания, не передающиеся от человека к человеку:

- А) Чума
- Б) Холера

В) Свердловская лихорадка

Г) Дифтерия

9. Участники военных действий по определению МГП (международного гуманитарного права):

А) Комбатанты

Б) Визитёры

В) Парламентёры

Г) Вахтёры

10. При оказании помощи пострадавшему от термического ожога разрешается:

А) Оставлять пострадавшего в зоне действия поражающего фактора

Б) Отрывать прилипшие к ране одежду, посторонние предметы

В) Охлаждать место ожога водой, льдом, снегом

Г) Обрывать обгоревшие ткани; наносить на пораженный участок мазь, крем, жир

Открытые вопросы

### Вопрос 1

В соответствии с установленными нормами непрерывная продолжительность работы за компьютером школьника не должна превышать ...

### Вопрос 2

Вписать наименования продуктов питания, которые являются источниками белков, жиров и углеводов

### Вопрос 3

Что такое опасное время? Приведите примеры опасного времени.

### Вопрос 4

Что такое опасное место? Приведите примеры опасных мест

### Вопрос 5

Что такое виктимное поведение? Приведите примеры виктимного поведения.

Ответы на тесты

Тестовое задание	№ 1	№ 2	№ 3	№ 4	№ 5
Ответ	В	Г	А	В	В
Тестовое задание	№ 6	№ 7	№ 8	№ 9	№ 10
Ответ	В	В	В	А	В

Ответы на открытие вопросы

Ответ на вопрос 1:

25 минут

Ответ на вопрос 2:

источники белков: мясо, рыба, молочные продукты, яйца, орехи, крупы и др.;

источники жиров: сливочное масло, сметана, сливки, сыр, подсолнечное масло,

кукурузное масло, орехи, овсяная крупа и др.;

источники углеводов: хлеб, печенье, крупы, овощи, фрукты и др.

Ответ на вопрос 3:

Опасное время – это время значительного повышения риска для личной безопасности.

Примеры опасного времени: ночь, поздний вечер, раннее утро.

Ответ на вопрос 4:

Опасное место: лесопарки, стройки, стройплощадки, заброшенные дома, подвалы, чердаки, вокзалы, рынки, аэропорты, места массовых зрелищ, пустынные вечерние улицы и др.

Ответ на вопрос 5:

Виктимное поведение – это проявление особого, провоцирующего поведения.

Примеры виктимного поведения: демонстрация крупной суммы денег при расплате за покупку; девушка в короткой юбке и кофточке с глубоким вырезом, идущая через темный

сквер; демонстрация дорогих украшений поздним вечером в общественном транспорте или на улице; выглядывающий из кармана бумажник, кошелек и др.

